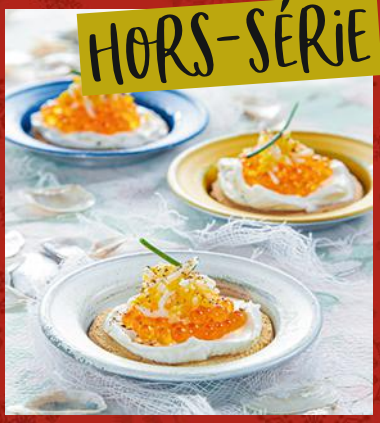
le magazine de la communauté MARMITON.ORG

DÉCEMBRE 2020 - JANVIER 2021

marmiton

HORS-SÉRIE



Notre BEST OF

L'apéro de Noël

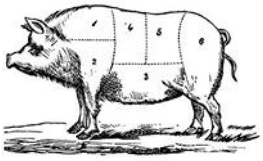
CHIC, ÉCONOMIQUE, FACILE

marmiton L'APÉRO DE NOËL • BELUX : 5,90€, CH : 8,80 CHF, ESP/IT/GR/PORT.CONT : 5,90€, MAR : 58 MAD, TUN : 11.30 TND, DOM/S : 5,90€, TOM/S : 1000XPF, CAN : 8,99 $CAD HS N°4 DÉCEMBRE 2020 - JANVIER 2021

L 18818 - 4 H - F: 4,90 € - RD

VOUS N'AVIEZ JAMAIS GOÛTÉ UN JAMBON PAREIL.

Vous pensez que si ? Mais était-ce un véritable jambón de Bellota 100 % Ibérico « Pata Negra », affiné pendant 48 mois ? Ah, voilà, vous commencez à douter. C'est normal, cet empereur des jambons est rare et souvent à un prix décourageant. Voilà justement la raison pour laquelle E.Leclerc a décidé de l'ajouter à sa collection L'origine du goût : pour mettre ce produit d'exception, comme tant d'autres, à la portée de tous. Mais revenons à nos cochons. Ce goût si recherché, le jambon « Pata Negra » le doit à un cahier des charges très précis, qui en fait une des appellations les plus enviées. Tout d'abord, les porcs sont d'une race très précise. De filiation 100 % ibérique, on les reconnaît à leur robe noire ou à leurs ongles noirs qui leur vaut ce surnom de « patte noire ». En Estrémadure et en Andalousie où nous sommes allés les chercher, ils sont élevés en liberté dans les « Dehesa », des écosystèmes naturels où poussent essentiellement des chênes. Ainsi, ils sont élevés paisiblement en se nourrissant majoritairement de glands. C'est la combinaison de leur origine et de cette alimentation si particulière qui permettra d'obtenir ces jambons à la chair si fondante, au goût prononcé de noisette. Mais il faudra attendre 48 longs mois d'affinage, pour permettre à ces saveurs de se développer pleinement. Voilà. On a fait tout ce qui était possible pour vous offrir le meilleur jambon au meilleur prix. Que dire de plus ? Des conseils de dégustation ? Non. Prenez simplement une fine tranche de jambon « Pata Negra » et posez-la sur votre langue. Puisque vous êtes bien élevés, vous garderez alors la bouche fermée en bredouillant « Mais ils ont raison, je n'avais jamais goûté un jambon pareil ». D'ailleurs chez E.Leclerc, on parie qu'il en ira de même à chaque fois que vous découvrirez un nouveau produit de notre collection L'origine du goût.



Découvrez toute notre collection sur
www.loriginedugout.leclerc

L'origine du goût

E.Leclerc

Crédit photo : F. Hamel/Centre Culinaire - Getty - RCS Paris 792 111 551

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR. WWW.MANGERBOUGER.FR

édito

Tchin-tchin... de Noël !

Cette année, avant le plat et le dessert, on a décidé de soigner l'apéro de Noël ! Et même qu'on lui a dédié tout un hors-série spécial fêtes. Pourquoi ?

Parce qu'il n'y a pas que le chapon ou la bûche qui comptent.

Parce que c'est le meilleur moment pour faire des entorses à la tradition

Parce qu'il s'adapte à tous les budgets (et toutes les envies.)

Parce que l'apéro, c'est une institution... surtout à Noël.

Parce que ça fait toujours son effet quand il est réussi !

Parce qu'en ces temps troublés, il met du baume au cœur

Parce que Noël sera toujours Noël...

Pour mettre toutes les chances de votre côté, retrouvez des recettes de toujours (saint-jacques, gambas, huîtres, mousse de foie...) et de plus surprenantes (madeleines et palmiers salés...). On n'a pas oublié non plus de vous donner des idées pour décorer et animer la soirée ! Enfin, on se la joue aussi barman(maid) avec quelques cocktails ;).

On vous souhaite de très belles fêtes
L'équipe Marmiton

118

sommaire

6 Shopping calendriers de l'Avent
8 Shopping apéro party

DÉCO
10 Une déco écolo
12 Les étoiles en origami pour la table des fêtes
16 Faire ses bougies maison

ASTUCES
18 Le match des stars de fêtes
22 9 idées avec une boîte de marrons

CARNIVORE
24 La charcuterie, on la fait maison
36 Leçon filmée : terrine de foie gras au chutney de pomme
38 Recettes à la viande et au foie gras

FRUITS DE MER
54 Portfolio : l'huître, tout en finesse
58 Recettes aux fruits de mer

POISSONS
74 Leçon filmée : saumon gravlax
76 Recettes au poisson

VÉGÉTARIEN
92 Portfolio : l'huile d'olive, l'or du Sud
96 Recettes végétariennes

À BOIRE
110 15 cocktails à tenter
118 Champagne, mode d'emploi

CONVERSATION
120 Anecdotes pour meubler
124 Mots et bons mots de la cuisine
128 Table des recettes

RCS : NANTERRE 325 373 017 IMPRIMÉ EN U.E.

CARBURONS À L'HUILE DE CUISSON !

100% DE NOS HUILES TRANSFORMÉES EN BIOCARBURANT

ENTREPRISES DE VALORISATION FRANÇAISES ET BELGES

Pour tenir avant les fêtes

Les calendriers de l'Avent se font de plus en plus inventifs et ne se contentent plus des traditionnels chocolats qui font plaisir aux petits. Ils proposent aussi des délices salés et liquides pour satisfaire les plus grands.

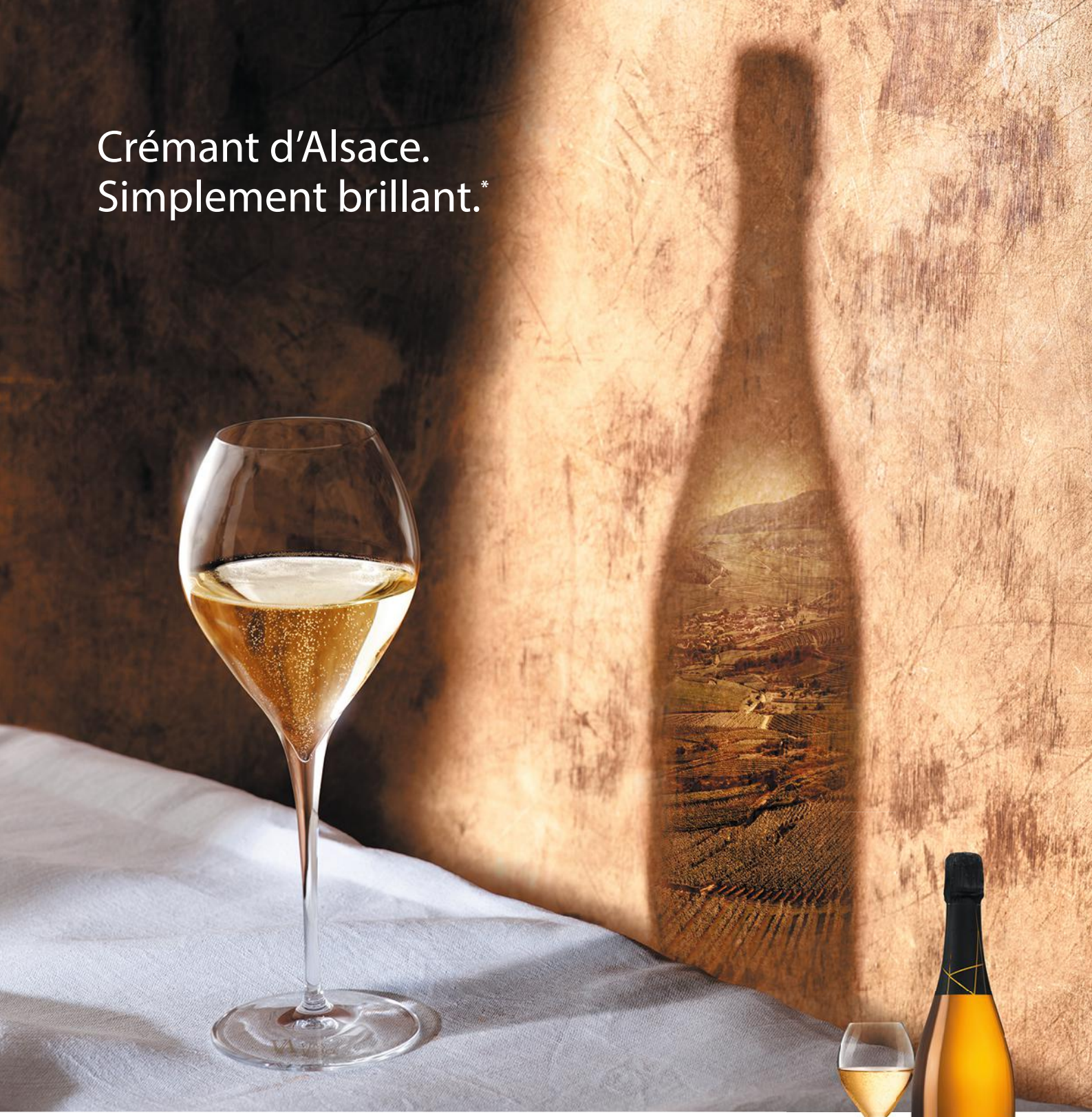
1 MADE IN SUD-OUEST Terrines, rillettes, crèmes de foie gras présentées sur un sapin de Noël. **24 spécialités salées, 84,90 €, Comtesse du Barry.**

2 VOYAGE, VOYAGE Pour l'un, 24 échantillons d'épices du monde, pour l'autre, un choix de condiments incontournables de la célèbre marque. **25 € (chaque), Terre exotique.**

3 COFFRETS DÉGUSTATION 24 échantillons de vins d'un côté, de spiritueux de l'autre, tous 100 % français avec des cartes à gratter pour une dégustation à l'aveugle. **69 € (vins), 70 € (spiritueux), Le Domaine du goût.**

4 AVENT SANS SOIF. Un voyage à la découverte de différentes saveurs de bière provenant de plus de 14 pays et de brasseries artisanales du monde. **Beery Christmas, 24 bières exclusives, 69,90 €, Saveur Bière.**

5 TOUR DE FRANCE. Produits salés et sucrés offrent une promenade gustative à travers la richesse des terroirs de France. **Cube de terroirs de France, 34,95 €, Bien Manger.**



VA VINS ALSACE | Tant de personnalité(s)

* Le savoir-faire des vignerons alsaciens confère au Crémant d'Alsace une robe brillante et délicate

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

1

2

3

APÉRO party

Ouvrir l'appétit passe aussi par le plaisir des yeux. Si l'apéro est le moment privilégié pour les présentations culinaires raffinées, l'art de la table joue aussi son rôle pour donner un air de fête à la moindre recette.

4

5

1 ÉCRIN SOIGNÉ Non seulement, c'est joli sur la table, mais cela évite aussi de renverser la bouteille ! **Berceau bordelaise, 114 €, Philibar.**

2 TOUT EST DIT Pour servir les olives ou à utiliser comme moules pour une présentation originale de vos cakes salés. **29,50 €, Jardin d'Ulysse.**

3 CHEESE, C'EST L'HEURE DE L'APÉRO Un coffret idéal pour des apéros pleins de convivialité et de gourmandise. Avec un livret de recettes variées et une planche de dégustation originale, vous allez vous régaler en bonne compagnie. **19,95 €, éd. Marmiton**

4 GRAND STYLE Serviteur en verre et métal, pour présenter bouchées et canapés. **59,99 € (2 étages), 79,99 € (3 étages), Conforama.**

5 BIEN À L'ABRI Bols en porcelaine nichés dans un plateau en bois pour éviter les accidents. **11,99 €, Gers Équipement.**

6 SERVICE À COCKTAIL Pour les préparer comme un pro. **Pelle à glaçons, 11,90 € ; seau, 79,90 € ; shaker, 36,90 €, Bloomingville.**

Une déco écolo

La créativité s'invite au réveillon pour composer une ambiance chaleureuse qui donne envie de se retrouver en famille. Et tout le monde met la main à la pâte pour des préparatifs à la fois simples et originaux, qui apportent une saveur d'authenticité aux fêtes de fin d'année…

La magie de Noël passe par une décoration qui éveille l'imagination et transforme son intérieur en féerie de lutins qui ont fait du bon boulot. Pas besoin d'alourdir son budget avec l'acquisition d'accessoires onéreux. Entre récupération et détournement d'objets, vous avez de quoi enchanter votre maison, du sol au plafond. Et vos enfants seront ravis d'exercer leur talent et de participer en s'amusant.

UTILISEZ LES ÉLÉMENTS NATURELS

Pas besoin d'aller chercher bien loin pour trouver la matière première qui va servir de support à vos réalisations. La nature est votre meilleure amie pour vous fournir gratuitement des trésors. Dans l'idéal, n'attendez pas le plein hiver, mais pensez-y un peu en amont, quand l'automne est à son apogée, pour récolter des bouquets de feuilles mortes aux couleurs chatoyantes. Il ne vous restera plus qu'à les conserver dans un endroit sec pour les ressortir au bon moment.

LES ÉPICES SONT À LA FÊTE

Le parfum de Noël a un petit goût de cannelle… N'hésitez pas à compléter votre décoration en distillant des petits fagots de cette douceur sur la table. Ou encore à placer dans des petits pots en verre un mélange spécial pain d'épices qui fait un appel du pied à votre gourmandise et appelle un chocolat chaud bien fumant.

De plus, les enfants seront enthousiastes d'aller ramasser, lors d'une balade en forêt, des pommes de pin, quelques branches de bois mort, des pierres et autres perles végétales en fonction de votre environnement.

UNE TABLE DURABLE

Elle est au cœur des préparatifs et doit mettre en appétit ! La tentation est grande de miser sur les assiettes en carton… mais côté durable, peut mieux faire. On conserve donc son service habituel et si la liste des invités se rallonge, on adopte une vaisselle recyclée ou achetée d'occasion, en complément. Les ustensiles en bambou peuvent être une bonne alternative, car facilement réutilisables dans la salle de bains ou en pots de fleurs. Dans la même veine, la nappe et les serviettes en tissu sont à privilégier, face aux modèles en papier qui ne feraient qu'augmenter le volume des déchets.

- Invitez la forêt à votre table en plaçant un rondin de bois au centre, à décorer d'éléments naturels de votre choix (cailloux, branches, noix, amandes…)
- Pour vos dessous-de-plat et de verre, faites de la récup en recyclant des ardoises, à peindre à la peinture acrylique.

- Mettez vos enfants à contribution pour habiller votre table avec des sapins en carton à découper, des guirlandes de papier crépon, des petites couronnes de houx…
- Et n'oubliez pas les minipoubelles de table en carton, pour jouer la carte du tri sélectif pendant le repas.

LES ENFANTS SONT À PIED D'ŒUVRE

Et ils sont surtout au pied du sapin pour lui faire une beauté ! Plutôt que ressortir le carton poussiéreux des décorations habituelles de Noël ou dépenser de l'argent dans de nouvelles, pourquoi ne pas fabriquer vos propres accessoires, qui donneront un style unique à votre arbre ? Atelier DIY pour réaliser des guirlandes en papier coloré, donner une nouvelle vie vintage aux ampoules usagées grâce à un coup de peinture et de paillettes pour en faire de drôles de boules, fabriquer des petits objets maison à suspendre aux branches…

LES ALTERNATIVES AU SAPIN

Si les plus jeunes adorent passer du temps à embellir le roi des forêts, les adultes sont en général moins emballés, surtout quand il s'agit de ramasser les épines tombées ou de batailler avec un chat alpiniste. Quand les enfants ont grandi, rien n'empêche de conserver la tradition tout en la modernisant avec un sapin plus concept, conçu avec des livres, des bouteilles, de la craie sur du papier peint ardoise, du carton, du bois… Le sapin de Noël devient alors à la fois une véritable œuvre d'art et la signature personnelle de votre réveillon.

HOME SWEET HOME

Une entrée qui donne envie d'entrer… La décoration extérieure reflète votre univers. Pour les balcons ou les petits jardins, sculptez vos envies avec des petits objets en argile ou en bois. La traditionnelle couronne de Noël à accrocher à la porte se fabrique facilement en prenant un vieux cintre en fer : modelez-le en cercle, ornez-le ensuite de feuilles, de branches et de pommes de pin. Pour réaliser des lanternes originales, utilisez des bouteilles en verre que vous peindrez. Glissez-y une guirlande à leds pour illuminer votre accueil. Suspendez des fleurs en carton ou en bouchons de liège et amusez-vous à créer des scènes de Noël, comme dans les vitrines des grands magasins, sur le rebord des fenêtres, avec des pommes de pin à transformer en personnages.

Vos idées DÉCO

Sophie, 32 ans : « Ambiance street art à la maison. Je propose à mes enfants de dessiner des paysages de Noël sur des ardoises et des cartons que j'accroche un peu partout. »

Marc, 41 ans : « J'adore l'odeur du sapin alors je suspends plein de branches, qui descendent du plafond pour créer une espèce de forêt vierge. J'allume un feu de cheminée et nous avons presque l'impression de bivouaquer ! »

Claire, 28 ans : « À Noël, ma déco est japonaise. Je suis une passionnée d'ikebana et d'origami. Mon salon se transforme chaque année en bouquets colorés, et ma table, en support d'art du pliage. »

Laure, 43 ans : « Je suis une tricoteuse ! Et les arbres savent qu'ils n'auront pas froid avec moi. Alors, pour ma déco, je réalise des guirlandes et des boules au crochet et je tricote pour le tronc du sapin. »

Les étoiles en origami pour la table de fêtes

Une année, pour Noël, j'ai réalisé 300 petites étoiles en papier comme celles que je vous propose de faire pour décorer la table. J'avais utilisé du papier à carreaux et, à l'aide d'une bombe de peinture, elles s'étaient habillées d'or. Elles ont eu un succès fou et elles ont fait plusieurs Noël. Aujourd'hui, je vous propose d'apprendre à les fabriquer avec moi. À votre droite, une feuille de papier décorée d'étoiles rouges va vous permettre de vous exercer et de réaliser 21 étoiles. À faire en famille avec les enfants, car c'est simple comme tout. La preuve...

1 Découpez des bandes de 1 cm d'épaisseur (on est sympa, on vous a fait des traits ;-)

2 Réalisez un nœud à l'une des extrémités de la bande.

3 Aplatissez-le et retirez le petit bout de papier qui dépasse.

4 Enroulez la grande bande de papier autour du nœud en serrant : c'est simple, il suffit de vous laisser guider par le papier !

5 Lorsqu'il ne vous reste plus que quelques centimètres de papier à enrouler, passer la bande de papier sous la précédente pour la bloquer.

6 Détachez la partie excédentaire.

7 À l'aide de vos ongles, enfoncez délicatement les 5 faces plates de l'étoile pour la gonfler et former les étoiles.

8 Les étoiles sont prêtes !

Marguerite

COLLECTÉ DANS DES EXPLOITATIONS DE MONTAGNE À TAILLE HUMAINE, LE LAIT MARGUERITE VOUS GARANTIT UN GOÛT AUTHENTIQUE, PROCHE DE CELUI DU LAIT CRU.

LES TRAITEMENTS CLASSIQUES DE PASTEURISATION ONT ÉTÉ REMPLACÉS, SAUF POUR LA CRÈME, PAR UN PASSAGE À TRAVERS DES FILTRES FINS.
CE PROCÉDÉ DE MICROFILTRATION PERMET DE PRÉSERVER LES PROPRIÉTÉS GUSTATIVES DU LAIT CRU.

LES ENGAGEMENTS MARGUERITE

1. UN LAIT MICROFILTRÉ POUR UN GOÛT PRÉSERVÉ

2. DES EXPLOITATIONS À TAILLE HUMAINE POUR UN LAIT DE QUALITÉ

3. DES VACHES ÉLEVÉES EN ZONE DE MONTAGNE

LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ MARGUERITE

LAIT ENTIER BIO MARGUERITE

LAIT ENTIER MARGUERITE

CANDIA RCS PARIS 352 014 955 - Novembre 2020

Faire ses bougies maison

Économiques, saines et durables, les bougies faites maison sont aussi à notre image, puisqu'on leur donne la forme, la couleur et le parfum que l'on veut !

1 Il faut d'abord la matière première : la cire d'abeille, pure de préférence et en paillettes, beaucoup plus pratique que de couper soi-même des copeaux dans un pain de cire ! On peut en trouver chez les apiculteurs et très facilement sur des sites spécialisés en ligne, avec tout le matériel nécessaire. Plus la cire est pure – attention, on en trouve mélangée à de la paraffine, un dérivé du pétrole –, plus la bougie se consumera lentement et moins elle émettra de fumée… Pour des bougies colorées, il faut également des pigments naturels (dans certains magasins de peinture, en drogueries…) et, pour le parfum, des huiles essentielles de votre choix ; ça, c'est juste une question de goût !

2 Côté matériel, il faut de petits récipients, en verre, par exemple (type pots de yaourt récupérés), en métal ou même des moules en silicone, pour obtenir des formes plus originales. On se procurera aussi un verre doseur très solide, capable de résister aux fortes chaleurs, une casserole, des petites baguettes type pics à brochettes, des mèches en coton – pourquoi pas des lacets ronds, par exemple – et des porte-mèches du diamètre des mèches qui s'achètent sur les sites spécialisés.

3 Mesurez la quantité de paillettes de cire nécessaire en les versant dans le récipient qui accueillera la bougie. Pour obtenir le bon dosage, comptez le double du volume du récipient. Versez les paillettes dans le verre doseur et placez ce dernier dans une casserole contenant de l'eau. Faites chauffer ce bain-marie pour faire fondre la cire.

4 Pendant ce temps, coupez la mèche à la hauteur de la future bougie en laissant une marge supérieure de 2 cm.

5 Pour que la mèche puisse se consumer, plongez-la dans la cire fondue. Attendez qu'elle ne dégage plus de bulles d'air puis récupérez-la avec une pince et posez-la sur une feuille de papier aluminium. Roulez l'aluminium dessus, de façon à ce qu'elle reste bien droite, le temps de sécher.

6 Si vous souhaitez une bougie colorée et/ou parfumée, ajoutez des pigments (15 g environ pour 500 g de cire) et quelques gouttes d'huile essentielle dans la cire fondue. Mélangez le tout.

7 Récupérez la mèche, placez-la dans le porte-mèche et placez-le tout au fond du moule, bien au centre. Attachez ensemble deux pics à brochette (avec des élastiques, par exemple), posez-les sur le bord supérieur du moule et insérez la mèche entre les deux pics. Cela permet de la maintenir bien droite.

8 Versez la cire fondue dans les moules. Laissez refroidir plusieurs heures, toute une nuit dans l'idéal. Le lendemain, ôtez les pics à brochettes, coupez le petit morceau de mèche qui dépasse du bord du moule. Vous n'avez plus qu'à allumer le feu…

MAISON
LE GALL
depuis 1923

Photos : Marc Josse / Getty images

“PARTAGEONS DE DÉLICIEUX MOMENTS”

Des proches, du bon temps, les beurres Maison Le Gall :
le secret de fêtes réussies !

Fête des Gourmets

1ER NOVEMBRE AU 31 DÉCEMBRE

GRAND JEU CONCOURS

JOUEZ SUR LE SITE :
www.laiterie-legall.fr/fete-des-gourmets

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr

Le match des stars des fêtes

Entre les produits haut de gamme et leur version plus abordable, on vous aide à faire un choix. Par Louise Stark

RING N° 1 : TRUITE FUMÉE / SAUMON FUMÉ

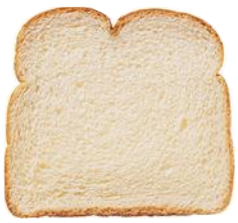
LA PLUS FRANÇAISE

La truite. La France est le 3e producteur européen de truites avec près de 40 000 tonnes par an, et ce poisson est le 4e préféré des Français. Celle que l'on trouve sur nos étals provient toujours d'élevage, la vente de truite sauvage étant interdite.

LE PLUS LUXUEUX

Le saumon. On en trouve du sauvage, mais 97 % de notre consommation provient d'élevages situés en Norvège, au Royaume-Uni, Chili ou Canada pour la plupart. La technique de fumage est essentielle, ceux aux bois de hêtre et de chêne sont réputés les meilleurs.

RING N° 3 : TOAST DE PAIN DE MIE / BLINI



LE PLUS POLYVALENT

Le pain de mie. Il se décline en de multiples versions : nature, au seigle, aux herbes, aux figues, briochée, aux céréales, aux 4 épices… le tout pour se marier avec une garniture à base de beurre, d'œuf dur, de crevette, de poisson fumé ou de foie gras.

LE PLUS VOYAGEUR

Le blini. Cette petite crêpe russe se déguste traditionnellement avec de la crème et du saumon ou encore du caviar, mais s'accorde aussi très bien avec le tzatziki, le ktipiti ou encore le houmous, pour nous faire voyager de la Grèce au Liban.

RING N° 2 : ŒUFS DE SAUMON / ŒUFS DE LUMP

LES PLUS SAVOUREUX

Les œufs de saumon. Leur couleur varie du rose à l'orange foncé. Très prisés des Japonais, ils se vendent frais en poche entière ou pasteurisés en pot en verre. Ils peuvent monopoliser à eux seuls l'ensemble des préparations culinaires à l'apéritif.

LES MOINS CHERS

Les œufs de lump. Ils oscillent entre 25 et 45 € le kg, contre 70 à 130 € le kg pour les œufs de saumon. Leur couleur rouge amarante ou noir brillant permet de décorer bien des recettes et leur texture apporte du croquant.

RING N° 4 : MOUSSE DE CANARD / PÂTÉ DE CAMPAGNE

LE PLUS FACILE À TARTINER

La mousse de canard. Elle est composée de foie de canard, de crème, éventuellement d'œuf, de porto et enfin d'aromates, le tout mixé très finement et émulsionné afin de donner une texture lisse et crémeuse au produit fini.

LE PLUS RUSTIQUE

Le pâté de campagne. La gorge, la couenne, les morceaux de maigre et le gras de porc y sont hachés « gros grains » et liés avec le foie. Le pâté de campagne est aussi le plus authentique avec un bon goût de porc, qui dépend de la qualité de l'animal.

Pour des résultats plus moelleux, plus fondants et plus croustillants

Four combiné chaleur pulsée et vapeur Whirlpool 3 niveaux de vapeur pour des plats plus savoureux

Testez-le avec un ambassadeur près de chez vous*

DARTY

*Prenez rendez-vous avec un ambassadeur Whirlpool depuis la fiche produit darty.com (appels en visio également possibles). Four combiné chaleur pulsée et vapeur W7OS44S1PBL - CODIC : 4774680

#JECUISINEMAISON

TARTE AU POMELO

6 personnes | 20 minutes | 30 minutes

Ingrédients

Pour la pâte :
200 g de farine
50 g de poudre d'amande
50 g de sucre
75 ml d'eau
75 g de beurre
1 pincée de sel

Pour la crème :
1 gros pomelo
1/2 citron
15 g de fécule de maïs
125 g de sucre
4 œufs
75 g de beurre

- Préparez la pâte : mettez la farine avec le sucre, la poudre d'amande et la pincée de sel dans un saladier. Faites fondre le beurre avec l'eau et versez dans le saladier, mélangez puis tassez à la main la pâte obtenue dans un moule à tarte, en la faisant bien remonter sur les bords. Placez au réfrigérateur pendant 30 minutes minimum.
- Recouvrez la pâte d'un papier cuisson, placez des billes de cuisson, des haricots secs ou même un plus petit moule par-dessus et faites cuire la pâte pendant 20 minutes à 180 °C. Retirez le papier et remettez la pâte à cuire encore 5 minutes. Laissez refroidir.
  Mettez le sucre et la fécule de maïs dans un saladier, ajoutez le zeste râpé du pomelo, puis les œufs et fouettez. Pressez le pomelo et le demi-citron, versez le jus dans une casserole et portez à ébullition.
- Versez le jus bouillant dans le saladier en fouettant, puis reversez dans la casserole et portez à ébullition sans cesser de fouetter, jusqu'à ce que la crème épaississe. Hors du feu, ajoutez le beurre et fouettez pour l'incorporer puis versez la crème sur le fond de pâte. Laissez complètement refroidir.

Astuce :
Au moment de servir, décorez le dessus de la tarte avec des mini-meringues du commerce, des petits quartiers de pomelo et des pistaches concassées.

©Anne-Lyse Chardon, Eliot Mechali

CUISINÉS MAISON, LES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS RESTENT LÉGERS DANS VOTRE BUDGET.

COCOONING
Suivez le guide

Les fruits et légumes frais sont vos alliés gourmands pour économiser du temps et de l'argent cet hiver ! Avec les premiers frimas arrivent les dîners à la maison entre amis et les repas de fête en famille, et pour passer un bon moment de cocooning et profiter de ses proches, pas besoin d'être un as de l'organisation : il suffit de quelques astuces et de cuisiner maison. Suivez le guide pour gagner du temps en cuisine sans délaisser le plaisir de déguster des fruits et légumes frais !

Et si on mijotait de bons petits plats ?

Réconfortants, gratinés... Ils se mitonnent avec amour et seulement quelques d'ingrédients. Les plats mijotés ont tout bon : ils se préparent à l'avance et, toujours généreux, vous pourrez garder les restes dans une boîte hermétique pour les déguster le lendemain au bureau. Les fruits et légumes viendront apporter une touche d'originalité et de légèreté aux grands classiques ! Tartiflette aux endives, hachis Parmentier aux carottes ou encore poireaux façon cassoulet – et oui ! – ils promettent un moment de partage, et d'une grande simplicité à réaliser ils vous laissent profiter d'un moment convivial. Un véritable atout gourmandise et gain de temps.

LE POMELO
dans tous ses états

Le pomelo est l'un des agrumes de saison par excellence. Pour le choisir juteux à souhait, nous vous recommandons un fruit à la peau bien lisse, ferme et brillante. Pour préserver toutes ses qualités, une fois ouvert, n'hésitez pas à le déguster dans la journée.

QUIZ & TENDANCES

Quiz ! Testez vos connaissances sur les nouvelles habitudes et tendances culinaires.

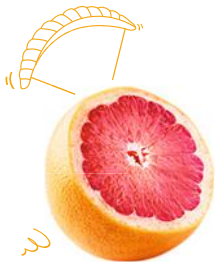
Quelle est la part de Français qui pratiquent le batchcooking, ou l'art de préparer ses plats en avance ?

Près d'un français sur deux, d'après une enquête Quitoque (2 019)

« C'est moi qui l'ai fait ! » Vous aussi vous aimez cuisiner au quotidien, comme ?

- 38 % des Français
- 48 % des Français
- 68 % des Français

68 % des Français Contre 53 % en 2007
**enquête Comportements et attitudes alimentaires en France par le Credoc (2 018)*



Plus de recettes et d'infos sur :

www. **lesfruitsetlegumesfrais** .com

Les Fruits et Légumes Frais

@lesfruitsetlegumesfrais

les fruits et légumes frais
Interfel

9 idées pour sortir les marrons de leur boîte

Noël, c'est le moment où on achète tous une boîte de marrons cuits au naturel. Parce que la dinde est traditionnellement servie avec… des marrons ! Oui mais, voilà, les marrons en ont marre de servir de faire-valoir aux volailles, eux aussi ont le droit de briller sur les tables de fêtes. Et ils vous le prouvent avec ces 9 idées gourmandes à souhait (dont plein pour l'apéro). Par Claire Debruille

1 BOUCHÉES SALÉES Faites réchauffer les marrons dans du beurre puis roulez-les dans un mélange de sel, poivre et sésame. Un petit pic en bois pour chacun et le tour est joué.

2 PURÉE DE MARRON (OU SOUPE) Plongez les marrons dans un mélange de lait et de crème. Amenez à ébullition. Ajoutez 1 cuillerée de porto (pour rehausser le goût de la châtaigne). Mixez. Remettez sur le feu et mélangez jusqu'à obtention d'une purée lisse. Salez, poivrez. Servez avec des chips de lard. Un délice !

3 CRÈME MINUTE Plongez les marrons dans un sirop vanillé jusqu'à ébullition. Égouttez puis mixez en ajoutant progressivement le sirop jusqu'à obtention de la texture désirée.

4 VERRINES APÉRO FESTIVES Écrasez les marrons avec un peu de crème. Assaisonnez. Mettez dans des verrines et recouvrez de petits dés de foie gras.

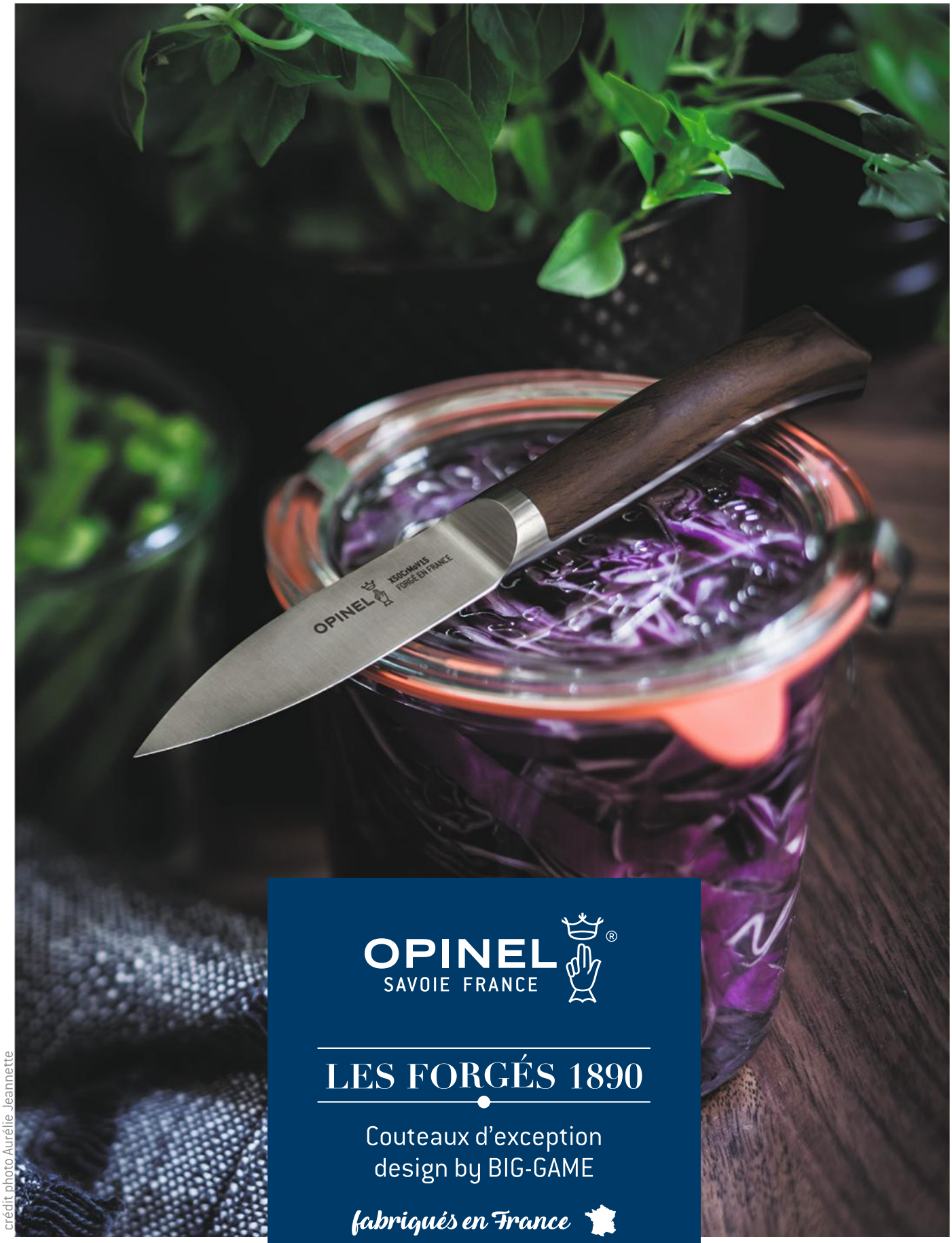
5 MARRONS À L'ORANGE Faites revenir les marrons dans un peu de beurre avec une pincée de sucre. Ajoutez le jus d'une orange pressée et laissez cuire sur feu doux jusqu'à obtention d'un jus caramélisé et sirupeux. Parfait avec une volaille.

6 BOUCHÉES MARRON RACLETTE Piquez un morceau de raclette sur un pic en bois, piquez en dessous un marron. Passez quelques minutes au four le temps que le fromage fonde. Poivrez puis servez à l'apéro.

7 MARRONS AU LARD Enroulez chaque marron dans un morceau de poitrine fumée. Faites-les dorer à la poêle dans un beurre dans lequel vous aurez préalablement fait revenir un peu d'ail et de thym. Poivrez. Servez à l'apéro sur des pics en bois.

8 MARRONS FAÇON PILAF Hachez des champignons, des oignons et les marrons. Faites revenir les champignons et les oignons dans le beurre. Lorsqu'ils sont tendres, ajoutez les marrons et mouillez avec une louche de bouillon de poule. Laissez cuire jusqu'à évaporation. Salez, poivrez.

9 EN PAPILLOTE Avec un dos de saumon, une tranche de bacon et de l'échalote ciselée. Arrosez d'un filet de vinaigre balsamique et refermez la papillote et enfournez pour 12 minutes de cuisson. Un filet d'huile de noix avant de servir, quelques herbes et le tour est joué !



OPINEL®
SAVOIE FRANCE

LES FORGÉS 1890

Couteaux d'exception
design by BIG-GAME

fabriqués en France

crédit photo Aurélie Jeannette

La charcutaille • on la fait maison !

Lorsque vous les apporterez à table, pour l'apéro ou le repas, attendez-vous à répéter plusieurs fois qu'ils ne viennent ni de la charcuterie du coin, ni du rayon traiteur. Un beau défi non ? Par Juliette Romance

1 TERRINES ET PÂTÉS

Les bons morceaux : assez gras. Pour le moelleux, mais aussi parce que ce gras apporte du goût et sert de liant. Si la base est une viande maigre (lapin), on ajoute poitrine ou gorge de porc.

L'ASSAISONNEMENT : le froid atténue la puissance du sel. On augmente la dose de 30 % en moyenne.

LES AROMATES : oignon, ail, échalote, herbes, épices, fruits secs torréfiés et hachés, on est généreux.

LES PETITS SECRETS : hachez au hachoir (grille à gros trous) ou au couteau. Le robot donne un résultat pâteux. Pour parfumer les viandes, faites-les tremper 12 heures dans une marinade relevée. Attendez deux jours avant de goûter !

2 VIANDES SÉCHÉES

Les bons morceaux : poitrine de porc, filet mignon (porc ou veau), filet de bœuf, magret de canard…

L'ASSAISONNEMENT : le morceau est « cuit » dans un premier temps, dans du gros sel, puis couvert d'un mélange d'épices et d'herbes séchées, à personnaliser.

LES PETITS SECRETS : utilisez du gros sel (ni sel fin ni fleur de sel). Les cristaux fondent lentement, sèchent en douceur sans pénétrer la chair à cœur. Ajustez le temps de séchage à votre goût. Plus il est long, plus la viande sera ferme.

3 ALIMENTS FUMÉS

Les bons morceaux : tout ! Jambon, lard, morceaux de volaille ou poulet entier, magret, saucisses, poissons… La technique et la température diffèrent selon les aliments.

LE BON RÉFLEXE : il est préférable de sécher les viandes au sel plusieurs heures avant de les fumer, en particulier les morceaux très gras. Leur teneur en eau diminue et les arômes fumés pénètrent mieux. Cela allonge aussi le temps de conservation.

LES PETITS SECRETS : utilisez de la sciure ou des copeaux de bois dur (hêtre, chêne), qui donnent des parfums plus concentrés. Ajoutez d'autres essences pour diversifier et densifier les arômes (cerisier).

Lard séché paysan

30 MIN préparation	**48 H** salage
3 semaines séchage	**Pour 6** personnes

1 kg	de lard fermier (riche en gras)
2 kg	de gros sel
4 c. à soupe	d'alcool parfumé
1 c. à café	de 4 épices
1 c. à soupe	de poivre noir concassé
1 c. à soupe	de 5 baies concassées
1 c. à soupe	de piment d'Espelette
1 c. à soupe	d'herbes séchées

1 Frottez le morceau de lard de tous les côtés avec une poignée de gros sel. Versez la moitié du sel dans un plat. Placez le morceau de lard, côté couenne au-dessous. Recouvrez de sel. Filmez, déposez un poids et conservez 48 heures au réfrigérateur. Veillez à vider l'eau rendue par le lard à deux ou trois reprises, et à remettre du sel pour bien le couvrir.

2 Rincez et séchez soigneusement le morceau de lard en le tamponnant avec du papier absorbant (cette étape n'est pas à négliger). Badigeonnez-le d'alcool. Mélangez les épices et les herbes, puis frottez-en la viande en appuyant pour faire pénétrer les aromates.

3 Roulez le lard, bien serré, dans un linge propre. Suspendez-le dans votre réfrigérateur (idéalement équipé de la ventilation), sous une clayette.

4 Comptez 3 semaines pour un lard souple, 5 semaines pour un lard bien sec. Changez le linge au bout d'une semaine.

VERSION FUMÉE :
effectuez la phase
de salage comme indiqué.
Nettoyez le morceau de lard
et conservez-le 24 heures au
réfrigérateur pour qu'il soit bien sec.
Puis faites-le fumer deux fois pendant
8 à 10 heures, à 30 °C environ. Laissez
reposer le lard 24 heures dans le
fumoir éteint entre les deux
phases de fumage.

Attention : pour d'évidentes raisons sanitaires, respectez le temps de salage et utilisez les quantités indiquées. Si des taches marron apparaissent sur la chair, c'est le signe d'un salage mal effectué et il ne faut pas consommer la charcuterie. En revanche, la moisissure blanche qui se développe sur le pourtour est naturelle et protectrice.

Ventrèche (ou pancetta)

30 MIN préparation | **36 H** salage | **6 H** repos | **6 semaines** séchage | **Pour 6** personnes

- **1,5 kg** de poitrine de porc désossée (bien charnue)
- **1 kg** de gros sel
- **50 cl** de vin blanc sec et fruité
- **2 c. à soupe** de poivres noir, blanc et vert concassés
- **1 c. à soupe** d'herbes de Provence
- **1 c. à soupe** d'origan séché
- **1 c. à café** de 4 épices
- **1 c. à café** de paprika fort

1 **Versez une épaisse couche de sel** dans le fond d'un plat. Déposez la poitrine, côté couenne au-dessous, et recouvrez de gros sel (les côtés doivent être couverts également).

2 **Filmez et placez au réfrigérateur** pour 36 heures. Videz l'eau et ajoutez du sel si nécessaire au bout de 24 heures.

3 **Rincez et séchez** soigneusement la viande. Arrosez-la de vin blanc, laissez reposer 3 heures puis tamponnez-la avec du papier absorbant. Laissez encore 3 heures au réfrigérateur.

4 **Frottez l'intérieur** de la poitrine avec les poivres finement concassés. Mélangez le reste des épices et les herbes, frottez-en la partie extérieure. Pliez la poitrine en deux en rabattant bien l'extrémité vers l'intérieur pour lui donner une forme ronde. Ficelez serré puis emballez dans un torchon propre, également ficelé comme un rôti.

5 **Déposez dans le bac** du réfrigérateur (froid ventilé) pour 6 à 8 semaines selon le degré de séchage désiré. Changez le torchon au bout de 2 semaines.

Des Comtés affinés au cœur du Massif Jurassien

C'est à 1150 mètres d'altitude, dans les caves voûtées en pierre du Fort des Rousses que sont affinés les Comtés Juraflore. Élevés à l'instar des plus grands vins, les Comtés Juraflore Fort des Rousses délivrent des saveurs d'une extraordinaire richesse issues de la diversité florale du Massif du Jura. De 12 mois à 3 ans d'affinage, régalez vous d'intenses ou délicats assemblages de saveurs torréfiées et fruitées.

JuraFlore
Fort des Rousses
LE TEMPS EST QUALITÉ

Visitez les caves du Fort des Rousses au cœur du Parc Naturel du Haut Jura. Renseignements sur **www.juraflore.com**

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE GRIGNOTER ENTRE LES REPAS. WWW.MANGERBOUGER.FR

Rillettes de porc

45 MIN préparation | **3 H 45** cuisson | **48 H** réfrigération | **Pour 8** personnes

- **1 kg** d'échine de porc en morceaux
- **500 g** de poitrine de porc crue en morceaux
- **2** oignons
- **2** gousses d'ail
- **2** feuilles de laurier
- **6 brins** de thym
- **20 cl** de vin blanc sec
- **3** grosses pincées de 4 épices
- **10** grains de poivre noir
- **1 c. à soupe** de sel fin
- **2** baies de genièvre
- Saindoux ou graisse de canard

1 Pelez et coupez les oignons et l'ail dégermé en lamelles. Chauffez une cocotte et faites rissoler les morceaux de viande 10 minutes sur feu vif, sans cesser de remuer. Ajoutez les lamelles d'oignon et d'ail. Poursuivez la cuisson 5 minutes.

2 Versez le vin blanc, ajoutez de l'eau à hauteur. Placez le poivre et les baies de genièvre dans une étamine et déposez-la dans la cocotte. Ajoutez le thym, le laurier et le 4 épices. Couvrez et laissez mijoter 1 heure.

3 Versez le sel dans la cocotte, remuez et ajoutez de l'eau bouillante si la viande n'est plus recouverte. Poursuivez la cuisson sur feu doux pendant 2 h 30. Mélangez régulièrement mais n'ajoutez plus de liquide. La dernière demi-heure, retirez le couvercle et augmentez légèrement la puissance du feu.

4 Laissez tiédir puis égouttez et effilochez les morceaux de viande à l'aide de 2 fourchettes. Filtrez le bouillon de cuisson restant et incorporez-le.

5 Rectifiez l'assaisonnement en sel (soyez généreux !) et poivrez au goût. Vous pouvez épicer avec du piment en poudre ou en paillettes. Tassez les rillettes dans une terrine. Couvrez et laissez 24 heures au réfrigérateur.

6 Faites fondre le saindoux ou la graisse de canard et versez-la sur la terrine en couche d'environ 1 cm. Conservez encore 24 heures au frais avant dégustation.

Mousse de foie de volaille

20 MIN préparation | **8 MIN** cuisson | **1 H** marinade | **24 H** réfrigération | **Pour 6** personnes

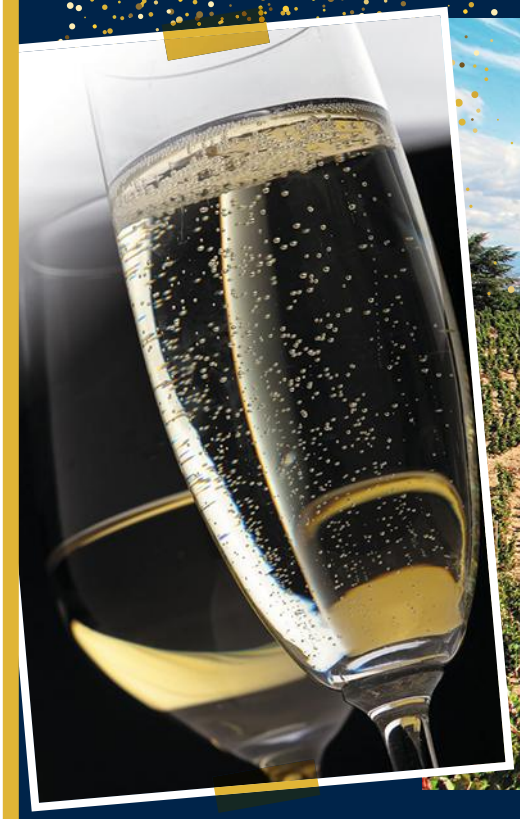
- **200 g** de foies de volaille
- **50 g** de lardons
- **2** échalotes
- **1** œuf
- **80 g** de fromage frais
- **20 cl** de vin blanc doux
- **2 c. à soupe** de vinaigre de xérès
- **1 c. à soupe** de cognac
- **1 c. à café** de paprika fumé
- Sel et poivre

1 Coupez les foies en deux ou trois morceaux. Retirez les nerfs ou le fiel s'il y en a. Rincez et séchez-les. Faites-les mariner avec le vin blanc 1 heure au réfrigérateur.

2 Séchez les foies délicatement avec du papier essuie-tout. Pelez et hachez les échalotes. Chauffez une poêle sur feu moyen et faites revenir les lardons et les échalotes 3 minutes. Ajoutez les foies, faites-les sauter 2 minutes en remuant continuellement. Versez le vinaigre de xérès, du sel et du poivre. Poursuivez la cuisson 3 minutes sur feu vif.

3 Placez les foies dans le bol du robot avec l'œuf, le fromage, le cognac et la moitié du paprika. Mixez par à-coups jusqu'à obtenir une texture homogène et onctueuse. Rectifiez l'assaisonnement, conservez 24 heures en verrine au réfrigérateur avant de servir. Saupoudrez de paprika.

Balade en région avec Auvergne-Rhône-Alpes Tourisme



Les effervescents font pétiller les fêtes (et on en redemande !)

Parce que les bulles prennent de multiples formes, cette année, on choisit celles qui viennent de la région Auvergne-Rhône-Alpes. On vous emmène en balade avec nous, à la découverte des terroirs à ne pas manquer.

Impossible d'imaginer les fêtes de fin d'année sans bulles. Elles sont le début ou la fin du spectacle (certains préférant les savourer en apéro ou en dessert). Et si, cette année, vous optiez pour les vins effervescents ? Souffrant à tort, d'une mauvaise réputation, ils ont longtemps été boudés face au sacro-saint champagne. Depuis plusieurs années maintenant, ils prennent une belle revanche en proposant une large palette œnologique. Et la région Auvergne-Rhône-Alpes n'a pas dit son dernier mot sur le sujet. Un peu d'histoire avant d'entamer les dégustations.

Le plus connu des vins pétillants est la Clairette de Die. Entre les montagnes du Vercors et la douceur de la Provence, ce nectar issu du cépage muscat est reconnu depuis l'Antiquité. Sa découverte reviendrait au peuple gaulois des Voconces qui aurait obtenu ce vin pétillant après avoir abandonné des jarres de vin dans une rivière au cours d'un hiver. C'est l'un des secrets révélés par la cave coopérative Jaillance et le Muséobulles, à Die, qui proposent une visite guidée, un parcours muséographique et un « bar à bulles » de dégustation. Avec ses tonalités fruitées et sucrées, la Clairette de Die se boit fraîche, entre 6 °C et 8 °C, et accompagne particulièrement bien le foie gras. *https://jaillance.fr*

©ROYFS@BENCLIC. AOC SAINT-PÉRAY

Début de parcours, Saint-Péray

En quittant la Drôme pour remonter le long du Rhône côté Ardèche, arrêtez-vous à Saint-Péray. Le vin du même nom, effervescent de méthode traditionnelle, possède, lui aussi, une longue histoire. Situé aux pieds du château de Crussol, le village abritait une industrie de négoce connue dans toute l'Europe au XIXe siècle. Richard Wagner en était un grand amateur. S'il connaît une renaissance depuis une trentaine d'années, ce produit de niche rivalise avec le haut de gamme. Ici, les raisins de marsanne et de roussanne sont ramassés à la main. Ces bulles aux saveurs florales produisent un jus avec peu d'acidité. La deuxième fermentation se prête bien à l'élevage sur lattes. D'une durée minimale de 12 mois, cet élevage est prolongé à 36 mois par le domaine Alain Voge, ce qui confère une vinosité aux Bulles d'Alain allant jusqu'à concurrencer les champagnes millésimés. Essayez aussi l'Extra Brut de Rémy Nodin, le plus ancien domaine du village, il exprime un Saint-Péray à l'état brut. Et que dire de l'exceptionnelle cuvée du Lys florissant, limitée à seulement 712 bouteilles ? Pour profiter de cette région, suivez l'ancienne voie de chemin de fer, jusqu'au Domaine du Tunnel. Ce vestige de 150 mètres de long, tout en pierre, reconverti en cave d'élevage, se visite et propose des chambres d'hôtes.
www.alain-voge.com et www.remy-nodin.fr

Direction le vignoble de Bugey

Surnommé « le champagne des Lyonnais », le Montagnieu trône sur les tables des bons bouchons lyonnais. Cette méthode traditionnelle est issue de l'assemblage de quatre cépages (chardonnay, pinot, mondeuse, et roussette). Vin brut à l'expression vineuse, son nez développe des tonalités florales. Les vins de la cave Peillot sont à essayer sans hésiter. Vous pouvez également faire une halte gourmande à la table vigneronne de la Maison Bonnard pour déguster des produits locaux face au coteau de Montagnieu.

La perle, l'AOC Bugey-Cerdon

Cette appellation recouvre un vin rosé unique. Naturellement pétillant par une méthode ancestrale, cet assemblage de poulsard et de gamay est peu alcoolisé et développe des notes aromatiques de fruits rouges dès sa prime jeunesse. Ce vin apéritif à la tonalité festive et au caractère demi-sec se déguste aussi en dessert. À découvrir chez l'un des viticulteurs présents dans les 11 communes couvertes par le vignoble, par exemple au Domaine Lingot Martin, implanté au cœur du vignoble cerdonnais et issu de quatre familles présentes depuis plusieurs générations. Rendez-vous aussi à la Cuverie, un producteur passionné installé près de Bourg-en-Bresse, convaincu que ses petites parcelles de vigne en Revermont abritent les vins les plus conviviaux.
www.bugey-vignobles-decouvertes.com

©OT BOURG-EN-BRESSE DES NATIONS

DU VERRE À L'ASSIETTE : NOS MEILLEURS ACCORDS

Les conseils de Lionel Fraisse, gérant du domaine Alain Voge.
« Élaboré avec les cépages de marsanne et de roussanne, le vin de Saint-Péray possède une belle largeur en bouche, agrémentée de notes florales, de poire et parfois de bergamote. La marsanne a une très belle capacité à transcender les accords. Il ne faut pas hésiter à aller sur des fromages ou même des choses exotiques. »
Dans l'assiette : tajine de viande blanche, ceviche, ou un simple plat de spaghettis

La suggestion des fêtes par Maxime Le Maux, chef du restaurant La Ruche à Saint-Péray.
« Une entrée avec de la truite d'Ardèche marinée façon gravlax accompagnée d'un chèvre frais au poivre de Timut. »

Sur la route des vins de Savoie

Ou plus particulièrement à la découverte du Crémant de Savoie. Ce vin effervescent blanc ou rosé est réputé pour sa grande qualité et sa force de caractère. Là encore, les raisins, issus à 60 % de cépages jacquère et altesse, sont récoltés à la main. Élevé pendant 12 mois minimum, le Crémant de Savoie se distingue par de fines bulles d'une rare élégance aromatique. Un peu plus bas, entre 200 et 400 mètres d'altitude, entre Ain et Haute-Savoie, se trouve l'AOC Seyssel qui abrite deux cépages originaux : l'altesse (roussette) et la molette. Faites un dernier arrêt au Domaine de Méjane ou au Caveau de Chautagne pour le crémant et à la Maison Mollex pour le vin de Seyssel. Vous voilà paré pour habiller vos tables de fêtes de jolies bulles.

©JAILLANCE – LUCIE MAHÉ

Balade en région avec Auvergne-Rhône-Alpes Tourisme

Le long du Rhône coule une rivière... de chocolat !

À l'approche des fêtes de fin d'année, comment ne pas penser au chocolat ? Si les fèves de cacao sont arrivées en France par le Sud-Ouest, elles se sont trouvé une place de choix en région Auvergne-Rhône-Alpes, où quelques-uns des plus grands chocolatiers y sont installés depuis le XVIIIe siècle.

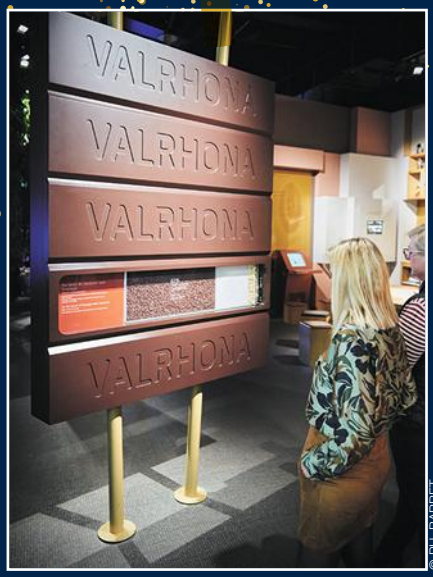
Avec leurs jolies franges dorées, elles sont l'une des friandises emblématiques des festivités de Noël. On aime partager en famille leurs citations ou proverbe. Ce sont… les papillotes, une spécialité des coteaux de la Loire. Mais saviez-vous que l'on doit leur invention à une histoire d'amour qui s'est déroulée à Lyon au XVIIIe siècle ? Il se raconte que, pour séduire sa belle, le commis d'un confiseur lui envoyait des chocolats entourés

© MARION DUBANCHET-STUDIO A'GRAF

de mots doux. La légende propose deux fins. Dans la version malheureuse, le commis aurait été renvoyé par son patron, M. Papillot, qui aurait néanmoins repris l'idée à son profit. La seconde hypothèse se termine comme dans un conte : le commis aurait épousé sa belle, qui n'était autre que la nièce de M. Papillot. Si l'idée de la papillote est née à cette époque, ce n'est qu'un siècle plus tard qu'elle s'impose avec la création de la chocolaterie Révillon, basée en Auvergne-Rhône-Alpes, bien sûr !

Une tradition de longue date

Avec l'Est et le Sud-Ouest, Auvergne-Rhône-Alpes fait partie des trois grandes régions bastions du chocolat en France, grâce au Rhône qui permettait de transporter les fèves depuis Marseille. Dans les années 1920, plus de 10 % du chocolat français était produit dans l'une des 25 chocolateries de Saint-Étienne. Eugène Weiss était l'un d'eux puisqu'il a créé sa boutique en 1882, où il excellait dans l'art du praliné et de l'assemblage. La chocolaterie a, depuis, créé Les Ateliers, un « musée-vitrine » où il est même possible de fabriquer sa propre tablette. Mais la région Auvergne-Rhône-Alpes recèle d'autres pépites d'or noir, comme la cité du chocolat, à Tain-l'Hermitage. Impossible de passer à côté de cette grande maison qui fournit, depuis 1922, les meilleurs pâtissiers et restaurateurs. Mais saviez-vous que c'est un carré de quelques centimètres qui a fait connaître Valrhona au grand public ? Dans les années 1980, la famille Bongrain reprend une tradition suisse en plaçant un petit carré noir avec le café.
https://weiss.fr/ateliers-weiss



© PH. BARRET

© L.V.U.

© L.V.U.

CHOCOLARTISAN ET SES PÂTES À TARTINER SANS HUILE DE PALME

L'histoire commence quand Roland Charles, un passionné de chocolat et du goût, tombe dans un pot de pâte à tartiner. Son objectif : ne conserver que des matières premières 100 % naturelles et supprimer l'huile de palme, les colorants et les conservateurs. En 2009, il crée sa chocolaterie artisanale dédiée uniquement à la pâte à tartiner. Depuis, il a été rejoint par 23 autres passionnés. Nutoloire aux noisettes torréfiées, Kicrousty choco-noisettes à la feuillantine croquante, au chocolat noir ou blanc, et même sans sucre ou sans gluten. Difficile de résister. Alors, si vous découvrez qu'en plus il est possible de remplir son pot directement à la fontaine ou de visiter la chocolaterie, située à Civens dans la Loire… Foncez !
www pateatartiner.fr

LA CITÉ DE CHOCOLAT VALRHONA ? PARI GAGNANT !

Rencontre avec Franck Vidal, directeur de la Cité.

Si l'idée court depuis 1990 de créer un lieu dédié pour faire connaître toute la filière du cacao, ce n'est qu'en 2013 qu'il ouvre ses portes. Il est aujourd'hui le site touristique autour du chocolat le plus visité en France.

Comment avez-vous pensé la Cité du chocolat Valrhona ?
2 000 m² sont consacrés au chocolat avec cinq activités : la boutique, le parcours de visite, l'école de pâtisserie, l'espace de restauration où l'on déguste le chocolat de l'entrée au dessert, un lieu pour accueillir des séminaires ainsi qu'un site web.

Pourquoi créer un tel lieu dédié au chocolat ?
Il y a du bon chocolat partout dans le monde. Il faut aller le trouver et le chercher. Chez Valrhona, nous travaillons avec 18 208 producteurs de cacao de 15 pays différents et proposons une centaine de références différentes. C'est important d'expliquer toute cette diversité au sein de la filière du chocolat.

https://citeduchocolat.com

© PH. BARRET

Des artisans défenseurs du chocolat « de la fève à la tablette »

Les passionnés de chocolat s'engagent depuis toujours pour une production transparente. L'incontournable famille Bernachon, avec Maurice, dès 1953, a pour ambition de transformer, elle-même, les fèves de cacao brutes et maîtriser la torréfaction. Leur confiserie emblématique est le palet d'or (une ganache enrobée de chocolat noir avec de la feuille d'or). Autre référence : la Maison Sève, défenseur de l'idée de la fabrication « Bean to bar » (de la fève à la tablette). En partant sur les traces des meilleures fèves, Richard et Gaëlle ont rapporté de leurs voyages des témoins de l'histoire et de la culture du cacao qu'ils partagent au sein du Musco, le premier musée du chocolat de Lyon. Et impossible de ne pas évoquer Pralus, à Roanne, connu notamment pour ses fameuses « pralulines », des brioches aux pralines concassées, qui a créé sa propre plantation de 17 hectares de cacaoyers à Madagascar.
www.chocolatseve.com/Presentation-du-musco.html

Ce ne serait pas l'heure de l'apéro de Noël ?

Ça y est ! C'est le moment de mettre les petites bouchées dans les grandes. Et, quel que soit le nombre de convives autour de la table (selon l'évolution de la situation…), on est dans les starting-blocks ! Verrines, bouchées, canapés, brochettes s'invitent pour un moment de fête en version carnivore, végétarienne ou marine, pour plaire à tous les palais et à tous les budgets aussi.

Terrine de foie gras et chutney de pomme

POUR 8 PERSONNES	20 MIN préparation	1H15 cuisson	2 H repos	54 H Réfrigération

POUR LA TERRINE :

- **1 gros** lobe de foie gras cru d'environ 500 g
- **1 c. à café** de porto
- **1 c. à soupe** de cognac
- **2 c. à café** de sel
- Poivre noir du moulin

POUR LE CHUTNEY :

- **3** pommes granny-smith
- **½** oignon haché
- **100 g** de sucre
- **8 cl** de vinaigre de cidre
- **½ c. à café** de gingembre frais
- **1 pincée** de piment

1 Sortez le foie gras du réfrigérateur 1 heure avant de le préparer. Ouvrez-le alors et retirez délicatement les veines de chacun des lobes en tirant dessus sans les casser.

2 Assaisonnez le foie gras avec le sel et 1 à 2 cuillerées à café de poivre fraîchement moulu, en le frottant à l'intérieur et à l'extérieur. Arrosez du cognac et du porto. Enveloppez-le dans un film étirable puis laissez-le reposer 6 heures au réfrigérateur.

3 Sortez le foie gras et retirez le film. Laissez-le reposer environ 1 heure afin qu'il atteigne la température ambiante. Placez-le alors dans la terrine. Préchauffez le four à 120 °C.

4 Préparez un bain-marie dans un grand plat à moitié rempli d'eau chaude. Placez la terrine dedans puis enfournez pour 20 minutes. Retirez du bain-marie, laissez refroidir à température ambiante puis réservez 2 jours minimum au réfrigérateur avant de déguster.

5 Préparez le chutney : pelez les pommes et coupez-les en petits dés. Versez-les dans une casserole avec le reste des ingrédients. Portez à ébullition à feu moyen et cuisez 30 à 45 minutes jusqu'à bonne consistance en mélangeant souvent. Mettez en pot et fermez hermétiquement.

Au réfrigérateur, le foie gras se conserve 8 jours et le chutney jusqu'à 2 semaines.

Pomme et figues poêlées, chantilly de foie gras

25 MIN préparation | **10 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **6** pommes à chair ferme
- **5** figues moelleuses
- **1** citron (jus)
- **30 g** de beurre
- **70 g** de cassonade

POUR LA CHANTILLY :

- **200 g** de foie gras mi-cuit
- **25 cl** de crème entière
- **3 c. à soupe** de cidre brut
- **1 c. à soupe** de miel
- Sel et poivre

1 Préparez la chantilly : coupez le foie gras en petits morceaux. Mixez-les avec 10 cl de crème, le cidre, le miel, du sel et du poivre. Montez le reste de crème en chantilly avec un peu de sel. Incorporez-la délicatement à la crème de foie gras. Réservez au frais.

2 Coupez la chair des figues et des pommes en dés. Chauffez le beurre sur feu moyen et faites-y revenir les dés de pommes 5 minutes. Ajoutez les dés de figue, le jus de citron et la cassonade. Poursuivez la cuisson 5 minutes. Répartissez les fruits dans les verrines, en ajoutant un peu de jus rendu. Laissez refroidir.

3 Versez la chantilly de foie gras dans une poche à douille, et déposez un beau cordon de chantilly sur chaque verrine.

Sandwich de chutney et mousse de foie gras

20 MIN préparation | **25 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

POUR LA MOUSSE :

- **60 g** de foie gras
- **20 cl** de crème liquide entière
- **4** tranches de pain de mie sans croûte
- **2 c. à café** de confiture de groseille
- **6 brins** de persil

POUR LE CHUTNEY :

- **250 g** de cranberries
- **1** petit oignon
- **5 c. à soupe** de vinaigre de cidre
- **5 c. à soupe** de cassonade
- **1 poignée** de raisins secs
- **1 pincée** de piment de Cayenne
- Huile, poivre

1 Préparez le chutney : épluchez puis émincez l'oignon. Faites-le revenir dans une poêle huilée pendant 5 minutes. Ajoutez les cranberries, 5 cuillerées à soupe d'eau, le vinaigre, la cassonade, les raisins secs. Assaisonnez avec le piment et le poivre. Faites cuire à feu doux pendant une vingtaine de minutes. Remuez régulièrement pour que le mélange ne brûle pas. Écrasez les cranberries au fur et à mesure, réservez-en quelques-unes pour la déco. Mixez pour obtenir une texture lisse. Mélangez bien avant de verser la préparation dans des pots. Fermez immédiatement et laissez refroidir.

2 Mixez le foie gras avec 15 cl de crème. Ajoutez les 5 cl restants et fouettez jusqu'à obtenir une chantilly bien ferme. Réservez au frais.

3 Formez 8 cercles dans le pain de mie à l'aide d'un emporte-pièce. Faites-les griller. Déposez un peu de chutney et de confiture de groseille entre 2 cercles. Transvasez la crème au foie gras dans une poche à douilles. Formez un nuage de mousse au-dessus des sandwichs. Décorez de persil et de cranberries.

Le chutney se conserve plusieurs mois, n'hésitez pas à le préparer à l'avance, ses saveurs n'en seront que meilleures.

Imaginez un pain surprise sucré en préparant une base de pain au cacao, et en remplaçant les garnitures par des couches de fruits et beurre d'oléagineux, miel, ou confiture.

Pain surprise

40 MIN préparation | **30 MIN** cuisson
2 H repos | **Pour 12** personnes

- **1 kg** de farine de blé
- **2 sachets** de levure sèche de boulanger
- **2 c. à soupe** de cassonade
- **2 c. à soupe** d'huile d'olive
- **2 c. à soupe** d'origan séché
- **2** pincées de sel

POUR LES GARNITURES :

- **10** fines tranches de lomo
- **6** fines tranches de salami
- **6** tranches de mortadelle
- **8** fines tranches de coppa
- **50 g** de mousse de foie
- **2** radis ronds
- **6** piments verts doux au vinaigre
- **¼** de pomme rouge
- **⅛** de laitue iceberg
- **50 g** de mascarpone
- **1 noix** de beurre
- **1 c. à soupe** de pesto au basilic
- **1 c. à soupe** de jus de citron

1 Mélangez la farine, le sel, la cassonade et l'origan dans un robot muni d'un pétrin. Délayez la levure sèche dans 65 cl d'eau tiède pendant 5 minutes. Ajoutez le tout ainsi que l'huile d'olive, en pétrissant pendant 5 minutes. Transférez la pâte dans un saladier huilé, couvrez d'un linge et laissez pousser 2 heures à l'abri des courants d'air.

2 Préchauffez le four à 250 °C. Séparez la pâte en deux. Réservez une moitié dans les mêmes conditions que précédemment. Divisez l'autre moitié en deux et placez chaque pâton dans un moule en couronne huilé d'environ 18 cm de diamètre.

3 Enfournez pour 15 minutes. Laissez refroidir à la sortie du four et faites de même avec la pâte restante. Coupez transversalement les quatre couronnes cuites et refroidies avec un bon couteau à pain.

4 Garnissez la première de mousse de foie, de mortadelle et de piments. Tartinez la seconde de pesto, ajoutez des tranches de coppa et de radis taillés à la mandoline. Beurrez la troisième en ajoutant des tranches de lomo et des fines lamelles de pomme. Enfin, taillez la laitue iceberg en chiffonnade. Fouettez le mascarpone avec le jus de citron et mélangez le tout, garnissez-en la dernière couronne et ajoutez le salami.

5 Superposez les couronnes sur un plat de service. Tranchez délicatement le pain surprise et servez.

Torsades feuilletées au jambon

10 MIN préparation | **15 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **4** tranches de jambon blanc
- **100 g** de fromage râpé
- **1** pâte feuilletée rectangulaire
- Graines de sésame noir

1 Détaillez la pâte feuilletée en lamelles de 5 cm de largeur. Faites de même avec le jambon.

2 Déposez un peu de fromage râpé puis une lamelle de jambon sur la moitié des lamelles de pâte. Recouvrez chacune d'une deuxième lamelle de pâte et torsadez-les.

3 Préchauffez le four à 180 °C. Placez les torsades sur une plaque allant au four couverte de papier sulfurisé. Parsemez de graines de sésame puis enfournez pour une quinzaine de minutes avant de servir.

Cannelés au chorizo et fromage de chèvre

15 MIN préparation | **55 MIN** cuisson | **Pour 25** pièces

- **80 g** de chorizo
- **1** œuf entier + 1 jaune
- **100 g** de fromage de chèvre
- **50 g** de beurre
- **40 cl** de lait
- **100 g** de farine

1 Préchauffez le four à 210 °C. Dans une casserole, chauffez le lait et le beurre en tranches et laissez bouillir quelques minutes. Dans un saladier, fouettez l'œuf entier et le jaune. Ajoutez la farine et mélangez. Versez petit à petit le mélange lait beurre chaud sans cesser de battre.

2 Pelez le chorizo et coupez-le en petits dés, ainsi que le fromage. Incorporez le tout dans la pâte. Répartissez-la dans 25 moules à cannelé. Enfournez à mi-hauteur pour 20 minutes.

3 Abaissez la température du four à 180 °C et poursuivez la cuisson 25 minutes. Éteignez le four, entrouvrez la porte et laissez refroidir les cannelés quelques minutes. Servez-les chauds ou tièdes.

Gougères à la saucisse de Morteau et crème de ciboulette

40 MIN préparation | **35 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

POUR LA PÂTE À GOUGÈRE :

- **3** œufs
- **70 g** de beurre
- **40 g** de comté râpé
- **150 g** de farine
- Sel et poivre

POUR LA GARNITURE :

- **1** saucisse de Morteau
- Ciboulette
- **15 cl** de crème liquide
- **125 g** de mascarpone
- Sel et poivre

1 Préparez la pâte à gougère : portez 25 cl d'eau à ébullition dans une casserole, avec le beurre, salez et poivrez. Versez la farine, mélangez à la spatule, sur feu moyen, de façon à dessécher la pâte. Travaillez la pâte 5 minutes sur le feu.

2 Débarrassez la pâte dans un saladier. Laissez tiédir, puis ajoutez les œufs un à un. Mélangez bien entre chaque ajout. Ajoutez le comté râpé et mélangez à nouveau.

3 Préchauffez le four à 200 °C. À l'aide d'une poche à douille, dressez des petits tas de pâte sur une plaque couverte de papier cuisson. Enfournez pour 25 à 30 minutes.

4 Préparez la garniture : faites cuire la saucisse 30 minutes dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez-la et laissez-la refroidir.

5 Mélangez la crème liquide bien froide et le mascarpone dans un saladier. Salez et poivrez. Montez le mélange en chantilly à l'aide d'un batteur électrique.

6 Ouvrez les petits choux en deux. Coupez la saucisse en petits dés. Mettez-en la moitié dans la base des choux. Remplissez-les de crème. Ajoutez les dés de saucisse restants et la ciboulette ciselée. Reposez les chapeaux. Dégustez aussitôt ou réservez au frais jusqu'au service.

Duo de canapés terre mer

35 MIN préparation | **Pour 6** personnes

- **10** tranches de saumon
- **250 g** de foie gras mi-cuit
- **8** tranches de jambon fumé
- **1** citron
- **6** figues moelleuses
- **250 g** de tranches de tomme de brebis
- **50 g** de beurre salé
- **12** tranches de pain de mie sans croûte
- Baies roses
- Poivre

1 Prélevez, à l'aide d'un emporte-pièce, 18 à 24 étoiles (selon la taille des tranches) dans la tomme de brebis, le saumon et le foie gras coupé en lamelles épaisses. Lavez et coupez le citron en lamelles.

2 Toastez les tranches de pain de mie sur une face. L'astuce consiste à les coller deux par deux pour les passer au grille-pain. Ainsi, une seule face est grillée. Tartinez les faces intérieures de beurre salé puis taillez-les en étoiles avec le même emporte-pièce.

3 Montez les bouchées saumon foie gras : 1 étoile de pain, 1 étoile de foie gras, puis 1 étoile de saumon. Saupoudrez de baies roses concassées. Terminez par 1 étoile de pain et piquez avec un pic apéritif en décorant d'une lamelle de citron.

4 Montez les bouchées jambon tomme de brebis : 1 étoile de pain, 1 étoile de jambon, 1 étoile de fromage et 1 pincée de poivre. Terminez par 1 étoile de pain et piquez avec un pic apéritif, en décorant d'une lamelle de figue. Filmez ou rangez dans une boîte hermétique en attendant le service.

Billes de foie gras, sauce au chocolat

30 MIN préparation | **10 MIN** cuisson | **20 MIN** réfrigération

- **500 g** de foie gras mi-cuit à température ambiante
- **50 g** d'amandes mondées
- **50 g** de noisettes mondées
- **50 g** de tomates confites
- **75 g** de chocolat noir
- **2 pincées** de piment d'Espelette

1 Mixez ensemble les amandes et les noisettes jusqu'à obtenir une poudre grossière. Versez-la sur une assiette. Coupez les tomates confites en fines lamelles et réservez-les sur une autre assiette.

2 Façonnez de petites billes de foie gras de 20 g environ, à l'aide d'une cuillère parisienne. Faites adhérer une lamelle de tomate sur chaque bille, puis roulez-la dans la poudre d'amandes et de noisettes.

3 Piquez les billes sur des brochettes à cocktail et réservez au frais pendant 20 minutes. Au moment de servir, faites fondre le chocolat cassé en morceaux avec le piment au bain-marie. Servez les billes de foie gras avec la sauce au chocolat.

Ajoutez quelques grammes de noix de coco râpée au mélange de noix mixées. Veillez à utiliser un chocolat noir de qualité, à minimum 70 % de cacao.

Sucettes explosives de boudin noir

10 MIN préparation	10 MIN cuisson	Pour 8 personnes

2 boudins noirs
2 c. à soupe d'huile de colza
2 c. à café de sucre pétillant

1 Faites colorer les boudins dans une poêle avec l'huile sur feu doux pendant 10 minutes en les retournant souvent avec délicatesse. Ils ne doivent pas se percer.

2 Tranchez-les en rondelles d'environ 1,5 cm d'épaisseur, avec un couteau à dents. Disposez-les à plat sur des assiettes de présentation et enfoncez un pic en bois dans chaque rondelle pour former des sucettes.

3 Parsemez chaque bouchée d'une pincée de sucre pétillant et servez immédiatement.

Madeleines salées au jambon et au thym

15 MIN préparation	5 MIN cuisson	Pour 6 personnes

125 g de jambon sec dégraissé
2 gros œufs
125 g de beurre (+ pour le moule)
125 g de farine
1 c. à soupe de thym émietté
½ sachet de levure chimique
1 pincée de sel

1 Préchauffez le four à 250 °C. Faites fondre le beurre en morceaux au micro-ondes. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Fouettez les jaunes avec la levure jusqu'à ce qu'ils blanchissent. Versez le beurre tout en fouettant puis ajoutez la farine et mélangez bien.

2 Montez les blancs en neige ferme avec le sel. Incorporez un tiers des blancs à la pâte et fouettez pour bien l'intégrer. Ajoutez le reste des blancs à la spatule en soulevant délicatement la masse.

3 Ajoutez à la fin le thym et le jambon haché au couteau à la spatule. Faites fondre un peu de beurre et badigeonnez-en, à l'aide d'un pinceau, les encoches d'un ou plusieurs moules à minimadeleines.

4 Remplissez les moules de pâte à 1 ou 2 mm des bords. Enfournez en baissant immédiatement la température du four à 220 °C et laissez cuire 2 minutes. Baissez à nouveau la température à 200 °C et poursuivez la cuisson de 3 à 4 minutes en surveillant bien.

5 Démoulez-les dès la sortie du four et laissez-les refroidir sur une grille.

Brochettes de magret fumé à l'ananas et à la betterave

15 MIN préparation | **5 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **200 g** de magret de canard fumé en tranches
- **1** ananas Victoria
- **1** betterave cuite
- **4 c. à soupe** de miel d'acacia
- **2 c. à soupe** d'huile d'olive
- **1 c. à café** de vinaigre balsamique
- **1 c. à soupe** de sésame blond

1 **Enlevez le gras** des tranches de magret. Épluchez l'ananas et coupez-le en cubes. Faites-les cuire avec le miel dans une poêle sur feu vif pendant 5 minutes en remuant un peu.

2 **Épluchez la betterave** et coupez-la en petits cubes. Mélangez-les avec l'huile et le vinaigre. Saupoudrez-les de sésame.

3 **Confectionnez des minibrochettes** en alternant des tranches de magret avec de l'ananas ou de la betterave. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

Terrine de foie gras

5 MIN	1 H	30 MIN	Pour 4
préparation	cuisson	marinade	personnes

- **500 g** de foie gras de canard frais
- **50 ml** de floc de Gascogne
- **8 g** de sel
- **4 g** de poivre

1 Préparez le foie gras : sortez-le du réfrigérateur 1 heure avant la cuisson. Déveinez-le. Divisez-le en quatre. Dans un plat, salez et poivrez-le sur les deux faces puis arrosez avec le floc de Gascogne. Laissez mariner 30 minutes en l'arrosant régulièrement.

2 Préchauffez le four à 100 °C. Déposez les morceaux de foie gras dans 4 miniterrines. Tassez bien. Placez les terrines dans un plat rempli au tiers d'eau chaude. Fermez-les et enfournez pour 1 heure au bain-marie. Laissez refroidir et conservez au frais.

Petits croissants au foie gras

10 MIN	15 MIN	Pour 16
préparation	cuisson	croissants

- **1** foie gras cru
- **1** œuf
- **1** pâte feuilletée
- Sel et poivre

1 Préchauffez le four à 210 °C. Coupez la pâte feuilletée en 16 triangles, comme des parts de gâteau. Répartissez le foie gras en morceaux sur la partie la plus large des parts. Salez et poivrez.

2 Roulez les triangles en partant de la partie la plus large pour finir par la pointe. Déposez-les sur du papier cuisson ou une toile en silicone. Battez l'œuf et badigeonnez-en le dessus des croissants. Enfournez pour 15 minutes.

CONSEIL
Pour décorer vos croissants, ajoutez avant cuisson quelques graines de sésame ou de pavot.

100 ANS de Passion EN PÉRIGORD

Valette
Fondée en 1920

Foies gras - Truffes noires du Périgord

Pâtés fins - Confits - Vins - Coffrets cadeaux

Entreprise familiale depuis 1920...

ORIGINE CERTIFIÉE SUD-OUEST

ORIGINE CERTIFIÉE PÉRIGORD

Oie du PERIGORD

65 FOIS MÉDAILLÉ en 34 ans CONCOURS GÉNÉRAL AGRICOLE

100 ans de Passion
Toujours près de chez vous

www.valette.com

20 € offert *

dès 90 € d'achats avec le code **MARMITE**

*Offre valable exclusivement sur le site www.valette.com jusqu'au 31.01.2021

Pour votre santé, bougez plus - www.mangerbouger.fr

Verrine de foie gras, pomme et pain d'épices

10 MIN préparation | **25 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

- **4** tranches de foie gras
- **4** pommes de type golden
- Beurre
- **2** tranches de pain d'épices
- **4 c. à café** de chutney ou de gelée de votre choix
- **1 c. à soupe** de sucre

1 Épluchez les pommes et coupez-les en lamelles. Faites-les revenir quelques minutes dans une poêle avec du beurre. Saupoudrez de sucre et mélangez. Poursuivez la cuisson des lamelles de pomme à feu moyen environ 20 minutes, en les retournant. Laissez-les refroidir.

2 Coupez les tranches de foie gras en copeaux. Montez les verrines en commençant par placer une couche de lamelles de pomme puis le quart du foie gras en copeaux. Terminez par une demi-tranche de pain d'épices émiettée et 1 cuillerée à café de chutney.

Remplacez la pomme par de la poire. Trempée dans un peu de vin rouge avant d'être revenue à la poêle, elle se marie très bien au foie gras et au pain d'épices.

FUCHS

ÉPICES VÉRITABLES

LA MARQUE QUI SE PRONONCE «FOUK'SS»

Pour les FÊTES,
j'ose le Goût Véritable
avec juste ce qu'il faut
d'épices FUCHS.

ÉPICES VÉRITABLES

FUCHS, Osez le Goût Véritable.

Retrouvez nos recettes & conseils sur f - **www.epices-fuchs.fr - contact@epices-fuchs.fr**

Boudin blanc au foie gras

10 MIN préparation	10 MIN cuisson	Pour 30 pièces

4 boudins blancs
60 g de foie gras d'oie ou de canard
Huile
Ciboulette, zestes d'orange confits, groseilles, confiture de figue, gros sel de Guérande (au choix)

1 Détaillez chaque boudin blanc en 8 rondelles. Dans une poêle huilée, réchauffez-les à feu doux en remuant souvent.

2 Coupez le foie gras en tranches plus ou moins épaisses. Détaillez-les ensuite en carrés de même largeur que le boudin blanc.

3 Posez les rondelles de boudin sur le plat de service. Recouvrez-les des carrés de foie gras et ajoutez (au choix) quelques zestes d'orange confits, de la ciboulette, des groseilles, un peu de confiture de figue ou tout simplement 2 ou 3 grains de gros sel.

VARIATION
Broyez des spéculoos en chapelure et panez (légèrement) les morceaux de foie gras avant de préparer les bouchées.

Sous la coquille ? Le bon goût des fruits de mer

Impensable de passer les fêtes sans elles ! Huîtres, coquilles Saint-Jacques, crevettes se doivent de figurer au menu de l'apéritif, d'autant qu'elles sont rapides à préparer et s'accordent à bien des préparations, chaudes ou froides.

Les huîtres tout en finesse

La France est le premier producteur d'huîtres d'Europe, avec en moyenne 130 000 tonnes par an, et le premier consommateur au monde, avec 2 kg par an et par habitant, sachant que le pic de dégustation s'envole au mois de décembre. Pas de doute, ce sont bien elles, les reines des fêtes ! Chaudes ou froides, Label rouge, élevées par un petit producteur indépendant… les huîtres sont l'exemple de ces produits que l'on mange peu souvent et que l'on savoure d'autant plus.

L'huître creuse reste la plus élevée en France comme dans le reste du monde. Elle aime les eaux peu profondes des embouchures de fleuve et la proximité des côtes : on la trouve en France tout le long du littoral atlantique et en Méditerranée. L'huître plate, plus rare, est élevée en Bretagne sous le nom de belon et préfère les eaux plus profondes. On distingue ensuite les coquillages selon leur indice de chair, qui précise le rapport entre le poids de la chair égouttée et le poids total. Les huîtres dites « fines » ont ainsi un indice de chair moindre que les « spéciales ». Quant à la mention « claire », comme dans « fine de claire », elle indique un mode d'affinage : après 2 à 3 années passées dans un parc à huîtres, les coquillages sont disposés dans des « claires » – c'est-à-dire d'anciens marais salants – dans lesquelles ils passent environ un mois, à la fois pour renforcer leur coquille et acquérir un goût unique, moins iodé et plus fin que les autres.

COMPRENDRE LEUR CALIBRAGE

Le calibre des huîtres peut sembler quelque peu illogique. Les variétés creuses vont de 0 à 5 quand les huîtres plates ont un calibrage compris entre 000 et 6, le plus petit numéro correspondant à l'huître la plus grande.

★ LA CREUSE NUMÉRO 3 RESTE LA PLUS CONSOMMÉE EN FRANCE ★

Les parcs à huîtres accueillent les naissains (jeunes coquillages) qui grandissent dans des poches déposées sur des tables. L'ostréiculteur retourne très régulièrement ces poches, les nettoie pour s'assurer que les huîtres grandissent bien. De nombreuses exploitations proposent des visites guidées avec, à la clé, une dégustation sur le lieu de production.

4 régions, quatre CARACTÈRES

1 MARENNES OLÉRON
Forte de ses deux Labels rouges et d'une IGP (indication géographique protégée), l'huître Marennes Oléron serait, selon différents sondages, la préférée des Français. Cette appellation se décline en quatre variétés (fine de claire, fine de claire verte, spéciale de claire et pousse en claire).

2 HUÎTRE PLATE DE BELON
Venue de Cancale, Paimpol ou encore Binic, la bretonne affiche une chair blanche et ferme sous sa coquille ronde. Son élevage en eaux profondes dans la baie du Mont-Saint-Michel, où eau douce et eau de mer se côtoient, lui offre une saveur très particulière, plus forte en noisette que ses consœurs.

3 HUÎTRE DE L'ÉTANG DE DIANE
L'huître peut aussi être… corse ! Située près d'Aléria, non loin de Bastia, en Haute-Corse, la lagune porte le nom d'étang de Diane, comme l'ont baptisée les Romains, dont les écrits vantent déjà ses huîtres. On les trouve aussi sous l'appellation « nustrale di Diana » sur les étals. Un produit qui reste rare, tout de même, la production étant trop limitée pour que tout le monde puisse s'en régaler.

4 HUÎTRE D'ARCACHON
Les huîtres du bassin sont réputées pour leur saveur plus puissante et leur caractère plus charnu que les autres, quel que soit leur calibre. Plus de 300 ostréiculteurs y produisent de 8 000 à 10 000 tonnes chaque année.

Huîtres chaudes façon Françoise

20 MIN préparation | **25 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

- **24** huîtres
- **6** échalotes
- **20 g** de beurre
- **4 c. à soupe** de crème fraîche
- **50 g** de gruyère râpé
- **20 cl** de vin blanc (riesling)

1 **Préchauffez le four** en position gril. Épluchez puis émincez les échalotes. Faites-les revenir dans une casserole avec le beurre. Avant qu'elles ne commencent à colorer, ajoutez le vin blanc. Laissez réduire.

2 **Ouvrez les huîtres** et détachez la chair de la coquille. Poivrez les échalotes puis ajoutez la crème. Versez un peu de cette préparation dans chaque huître. Saupoudrez légèrement de gruyère râpé.

3 **Enfournez sous le gril** pour 5 minutes environ, le temps qu'elles gratinent. Servez bien chaud.

Tartelettes de la mer

35 MIN préparation | **30 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **12** queues de langoustines cuites
- **150 g** de blanc de seiche
- **150 g** de filet de truite de mer
- **12** pétoncles
- **1** branche de céleri
- **½** botte de ciboulette
- **2 brins** d'aneth
- **10 g** de beurre pour les moules
- **300 g** de pâte sablée
- **1 c. à soupe** d'algues en paillettes
- **3 c. à soupe** d'huile d'olive
- **1 c. à soupe** de moutarde forte
- **3 c. à soupe** de jus de citron
- **2 c. à soupe** de farine pour le plan de travail
- Sel et poivre

1 **Préchauffez le four** à 180 °C. Étalez la pâte au rouleau sur une surface farinée sur 8 mm d'épaisseur et détaillez-en des disques pour en foncer 6 moules à tartelettes beurrés. Piquez les pâtes à la fourchette. Déposez un morceau de feuille de papier cuisson et des poids sur chaque fond de tartelette. Enfournez pour 10 minutes puis retirez les poids et le papier, poursuivez la cuisson encore 20 minutes (ou jusqu'à ce que la pâte soit bien cuite). Laissez refroidir avant de les démouler sur un grand serviteur.

2 **Faites cuire** à la vapeur le blanc de seiche et le filet de truite assaisonnés, pendant 10 minutes, les pétoncles 5 minutes. Décortiquez les queues de langoustines.

3 **Pelez et émincez** très finement la branche de céleri, ciselez la ciboulette et effeuillez l'aneth. Fouettez la moutarde avec l'huile et le jus de citron, salez et poivrez. Mélangez les herbes et les ingrédients restants avec la vinaigrette.

4 **Dressez la garniture** dans les fonds de tartelettes et servez tiède ou bien frais.

Préparez votre garniture à l'avance et congelez-la. Il ne restera plus qu'à garnir les moules et à passer au four au moment de l'apéritif.

Pannacotta salée aux crevettes et dés de mangue

30 MIN	10 MIN	3 h	Pour 6
préparation	cuisson	réfrigération	personnes

POUR LA PANNACOTTA :

- **30 cl** de crème liquide
- **30 cl** de lait de coco
- **3** feuilles de gélatine (6 g)
- Sel et poivre blanc

POUR LA GARNITURE :

- **6** grosses crevettes crues
- **1** mangue
- **1** citron vert
- **6 brins** de coriandre
- **1 c. à soupe** d'huile d'arachide

1 Préparez les pannacottas : faites tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide pendant 10 minutes. Faites chauffer la crème jusqu'à ébullition, ajoutez le lait de coco, salez, poivrez, remuez puis ajoutez la gélatine essorée et mélangez bien. Laissez tiédir puis répartissez la préparation dans 6 verrines. Réservez au moins 3 heures au réfrigérateur.

2 Préparez la garniture : décortiquez les crevettes en laissant le dernier anneau et la queue. Salez et poivrez-les, faites-les mariner dans le jus du citron vert. Pelez et retirez le noyau de la mangue, coupez la chair en dés réguliers. Lavez, séchez, effeuillez et ciselez la coriandre.

3 Faites chauffer l'huile dans une poêle et mettez les crevettes à cuire 5 minutes, en les retournant plusieurs fois. Débarrassez sur une assiette et laissez refroidir.

4 Mélangez les dés de mangue et la coriandre, répartissez-les dans les verrines lorsque les panacottas sont prises. Ajoutez les crevettes sur le dessus. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

Verrine de crabe à l'estragon

20 MIN	5 MIN	Pour 6	8 h
préparation	cuisson	personnes	réfrigération

- **1** citron vert
- Quelques brins d'estragon
- **40 cl** de crème fleurette entière
- **1** boîte de crabe
- **2 feuilles** de gélatine
- Poivre 5 baies
- Sel

1 Prélevez le zeste du citron vert à l'aide d'une râpe fine. Pressez ensuite le citron pour récupérer la moitié de son jus. Ciselez l'estragon.

2 Faites chauffer la crème liquide dans une casserole, ajoutez le jus de citron, salez et poivrez. Ajoutez le zeste, ainsi que l'estragon.

3 Faites tremper les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide. Lorsqu'elles ont ramolli, essorez-les entre vos mains et incorporez-les à la crème retirée du feu. Mélangez vivement.

4 Ouvrez la boite de crabe et émiettez la chair du bout des doigts. Ajoutez les miettes de crabe dans la crème.

5 **Versez la préparation** dans des petites verrines. Placez-les au réfrigérateur pendant 8 heures.

Faites infuser quelques herbes fraîches avec la crème avant d'ajouter le citron et l'estragon. En plus de renforcer le goût, cela vous aidera à bien digérer.

Remplacez le pain de mie par du pain d'épices recouvert d'une pointe de beurre demi-sel pour un effet sucré-salé.

Toasts au beurre de crevettes

20 MIN	1H	Pour 6
préparation	Repos	personnes

- **300 g** de crevettes roses cuites
- **1** citron vert bio
- **3** brins de coriandre + quelques feuilles pour le décor
- **100 g** de beurre
- **18** tranches de pain de mie complet
- Sel et poivre

1 Laissez reposer le beurre 1 heure à température ambiante.

2 Faites griller les tranches de pain de mie puis découpez-les avec un emporte-pièce.

3 **Décortiquez les crevettes** puis mixez-les avec le beurre ainsi que le zeste et le jus du citron vert. Ajoutez la coriandre ciselée, du sel et du poivre.

4 Réservez au frais jusqu'au service et tartinez les toasts froids de beurre de crevettes. Ajoutez une petite feuille de coriandre.

Trio de gambas panées

10 MIN préparation | **5 MIN** cuisson

- **12** gambas
- **1** blanc d'œuf
- **2 c. à soupe** de pistaches
- **2 c. à soupe** d'amandes
- **2 c. à soupe** de noisettes
- Huile d'olive
- Sel et poivre

1 Préparez les chapelures : ôtez les coques et hachez les fruits secs séparément. Fouettez le blanc d'œuf jusqu'à ce qu'il mousse.

2 Préparez les brochettes : décortiquez les gambas, piquez-les sur des pics en bois. Passez chaque brochette dans le blanc d'œuf puis 3 d'entre elles dans les pistaches, 3 dans les noisettes puis 3 dans les amandes. Salez.

3 Chauffez un filet d'huile dans une poêle. Déposez-y les brochettes et laissez cuire 2 minutes de chaque côté. Poivrez et servez immédiatement.

Sucettes de saint-jacques au caramel de coco

5 MIN préparation | **5 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

- **8** noix de saint-jacques
- **1 c. à soupe** de sucre de noix de coco
- **2 c. à soupe** de rhum ambré
- **1 c. à soupe** d'huile de noix de coco
- Sauce pimentée (facultatif)
- Flocons de sel type Maldon

1 Faites revenir les noix de saint-jacques à feu doux dans une poêle avec l'huile de noix de coco, quelques secondes de chaque côté, en les saupoudrant de flocons de sel. Elles doivent être à peine saisies, sans trop de coloration. Débarrassez-les sur une planche à découper.

2 Déglacez la poêle sur feu vif avec le rhum et ajoutez le sucre de coco et 2 gouttes de sauce pimentée, faites fondre et caraméliser en remuant de temps en temps avec une cuillère en bois.

3 Coupez les noix de saint-jacques en deux. Nappez-les de caramel de coco avec une petite cuillère et enfoncez-les sur un pic en bambou. Servez sans attendre.

Saint-jacques, sauce aux champignons

15 MIN préparation | **20 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **18** noix de saint-jacques
- **200 g** de champignons
- **3** échalotes
- **1** jaune d'œuf
- **75 g** de crème fraîche entière
- **50 g** de beurre
- **37 cl** de champagne
- **1 c. à soupe** d'huile
- Sel et poivre

1 Pelez et ciselez les échalotes. Émincez les champignons. Chauffez l'huile et 20 g de beurre dans une poêle et colorez les échalotes 5 minutes. Ajoutez les champignons, salez, poivrez et laissez cuire 5 minutes sur feu vif.

2 Versez le champagne et faites réduire 10 minutes. Fouettez le jaune d'œuf avec la crème et incorporez à la sauce. Rectifiez l'assaisonnement.

3 Faites fondre le reste de beurre dans une poêle et colorez les noix de saint-jacques 1 minute de chaque côté sur feu vif. Déposez les noix dans le plat de service et servez avec la sauce aux champignons.

Vous pouvez présenter les noix de saint-jacques grillées en brochettes. Servez-les rapidement pour qu'elles restent chaudes. On peut également préparer la recette avec des pétoncles, moins onéreux.

Brochette de saint-jacques au lard

15 MIN	10 MIN	Pour 4
préparation	cuisson	personnes

- **16** fines tranches de poitrine fumée
- **16** noix de saint-jacques
- **20** feuilles de laurier
- **1 c. à café** de poudre de thym
- Poivre blanc

1 Préchauffez le four en position gril (ou préparez un barbecue). Rincez puis épongez les noix de saint-jacques. Saupoudrez-les du thym et de poivre. Entourez-les chacune d'1 tranche de poitrine.

2 Préparez 4 brochettes en enfilant sur chaque pic 5 feuilles de laurier et 4 noix en les alternant. Enfournez-les pour 10 minutes environ (ou posez-les sur la grille, pas trop près des braises) jusqu'à ce que le lard soit bien doré. Retournez-les fréquemment.

En accompagnement, des salsifis sautés au beurre feront très bien l'affaire.

Huîtres en beignets et crème iodée au chou-fleur

30 MIN préparation | **20 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

- **12** huîtres
- **½** chou-fleur
- **2** œufs
- **20 cl** de crème liquide
- **50 g** de farine de sarrasin
- **50 g** de chapelure
- Huile pour friture
- Sel et poivre

1 Ouvrez les huîtres, ne conservez que la chair, réservez sur un papier absorbant.

2 Lavez le chou-fleur, détaillez-le en bouquets, faites-le cuire 15 minutes à l'eau bouillante salée. Égouttez puis mixez avec la crème et 4 huîtres. Poivrez et salez.

3 Placez, dans 3 bols différents, la farine, les œufs battus et la chapelure. Faites chauffer un bain d'huile de friture. Passez les huîtres successivement dans les trois préparations. Renouvelez une fois l'opération.

4 Faites frire les huîtres dans l'huile jusqu'à les faire dorer. Enfilez-les deux par deux sur des petits pics.

5 Servez la crème iodée tiède dans des petits bols ou dans des verrines. Posez les beignets d'huîtres sur le dessus.

Bouchons croustillants au crabe

15 MIN préparation | **15 MIN** cuisson | **Pour 16** pièces

- **6** tranches de pancetta
- **1** boîte de miettes de crabe
- **1** oignon
- **¼** de concombre
- **½** botte de ciboulette
- **50 g** de beurre
- **4** feuilles de brick
- **2 c. à soupe** de mayonnaise
- Fleur de sel, poivre blanc moulu

1 Préchauffez le four à 180 °C. Placez les tranches de pancetta sur une plaque couverte de papier cuisson et enfournez pour 5 à 10 minutes, elles doivent être croustillantes.

2 Égouttez les miettes de crabe et mélangez-les avec la mayonnaise, salez et poivrez. Émincez finement l'oignon, ciselez la ciboulette et coupez le concombre épépiné en petits dés. Mélangez le tout au crabe puis incorporez la pancetta cassée en pépites.

3 Taillez 4 bandes de 4 cm de large dans les feuilles de brick. Faites fondre le beurre et badigeonnez-en généreusement les bandes avec un pinceau. Roulez-les sur elles-mêmes pour obtenir des petits rouleaux de 2-3 cm de diamètre et placez-les dans les encoches d'un moule à minicannelés, par exemple, afin de les maintenir dans cette position. Enfournez pour 8 à 12 minutes, ils doivent être dorés sur les bords et croustillants.

4 Laissez-les tiédir et disposez-les debout sur un plat. Garnissez-les de salade de crabe et servez sans attendre.

Si
vous manquez
de temps, troquez
les feuilles de brick
pour des wraps tartinés
de garniture au
crabe.

Aumônière de langoustine

20 MIN préparation | **15 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

- **12** langoustines crues
- **6 brins** de ciboulette
- **4 feuilles** de menthe
- **1 brin** d'estragon
- **4 c. à soupe** de crème fraîche
- Beurre
- **4** galettes de riz
- Sel et poivre

1 Préchauffez le four à 150 °C. Dans un plat d'eau froide, mettez les galettes de riz à ramollir.

2 Décortiquez les langoustines et, dans une sauteuse avec le beurre, faites-les revenir jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Salez.

3 Lavez, séchez puis ciselez la ciboulette et les feuilles d'estragon. Rincez la menthe. Répartissez les langoustines, la crème fraîche et les herbes sur les galettes. Assaisonnez.

4 Refermez les aumônières en essayant de coller la pâte de riz sur elle-même. Enfournez pour 5 à 10 minutes jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.

Blinis aux crevettes, citron et gingembre

15 MIN préparation | **5 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

POUR LA MOUSSE :

- **1** citron jaune bio
- **½** bouquet d'aneth
- **80 g** de crème liquide à 30 %
- **50 g** de mascarpone
- Sel et poivre

POUR LES CREVETTES :

- **40** crevettes décortiquées
- **2 cm** de gingembre frais
- **1 c. à café** d'huile d'olive

POUR LE DRESSAGE :

- Quelques feuilles de roquette
- **20** blinis
- Quelques baies roses
- Quelques graines de sésame

1 Préparez la mousse au citron : montez la crème liquide en chantilly assez ferme puis ajoutez le mascarpone, le jus et les zestes de citron, l'aneth ciselé. Salez, poivrez.

2 Préparez les crevettes : dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive et ajoutez les crevettes avec le gingembre haché. Faites cuire des 2 côtés pendant 4 à 5 minutes.

3 Procédez au dressage : posez les blinis sur le plan de travail et ajoutez quelques feuilles de roquette. Ajoutez-y un peu de mousse citronnée, quelques crevettes puis les baies roses et 1 pincée de graines de sésame. Terminez par un brin d'aneth. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

AUSTRALIE - 2020 - LIDL RCS Créteil 343 262 622. © G. CZERW / AGent Mel.

Deluxe

Œufs de truite

3.99 €

80 g - Prix au kilo : 49,88 €

Transformé en
France

le vrai prix des bonnes choses

Seraient-ils meilleurs s'ils étaient plus chers ?

LIDL

Bloody Mary d'huîtres

10 MIN préparation | **Pour 4** personnes

- **6** huîtres
- **1** citron (jus)
- **50 cl** de jus de tomate
- **20 cl** de vodka
- **1 c. à soupe** de sauce Worcestershire
- **2 gouttes** de Tabasco
- Sel de céleri
- Sel et poivre

1 Décoquillez les huîtres et réservez au réfrigérateur. Pressez le citron. Salez et poivrez le jus de tomates, ajoutez le Tabasco.

2 Mélangez dans un shaker le jus de citron, le jus de tomate assaisonné, la vodka, la sauce Worcestershire et secouez énergiquement.

3 Répartissez le cocktail dans 6 verres. Ajoutez une huître dans chaque verre. Servez avec le sel de céleri.

nautilus
trésor de la mer
Billes apéritives
Crabe & Fromage frais
nautilus
CRABE NAGEUR
des mers d'Asie
nautilus
CRABE NAGEUR
des mers d'Asie
– 100% MORCEAUX –
La recette sur : www.nautilusfood.com

Bonbons de crevettes

30 MIN préparation | **3 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **12** grosses crevettes crues
- **3** citrons verts (jus)
- **1** petit piment oiseau frais
- **1** gousse d'ail
- **6** feuilles de brick
- Huile de friture
- **2 c. à soupe** de nuoc-mâm
- **1 c. à soupe** de sucre de canne blond

1 Préparez la sauce : pressez les citrons verts. Pelez la gousse d'ail et retirez le germe, puis hachez-la finement. Fendez le piment en deux, retirez les graines, puis hachez-le finement. Mélangez le jus des citrons verts, le nuoc-mâm, le sucre, l'ail et le piment hachés. Couvrez et réservez au frais.

2 Faites chauffer l'huile de friture : elle est à bonne température lorsqu'une feuille de persil remonte immédiatement à la surface.

3 Décortiquez les crevettes et épongez-les bien. Étalez les feuilles de brick sur le plan de travail et coupez-les en deux. Déposez une crevette sur chaque moitié et enroulez pour former des bonbons. Nouez les extrémités avec un morceau de ficelle.

4 Plongez les bonbons dans l'huile chaude et faites frire jusqu'à ce qu'ils soient dorés, environ 3 minutes. Égouttez sur du papier absorbant puis servez avec la sauce pimentée.

Pour une version végétarienne, garnissez vos bonbons de tofu mariné. Faites-le tremper quelques heures dans un mélange de sauce soja, miel, gingembre et huile de sésame.

Par ici, le poisson de décembre !

Comment oublier le saumon sur la table de fêtes ? Mais il n'est pas le seul poisson à y avoir sa place, œufs divers, mais aussi poutargue, truite et même rollmops se glissent dans des recettes savoureuses et délicates.

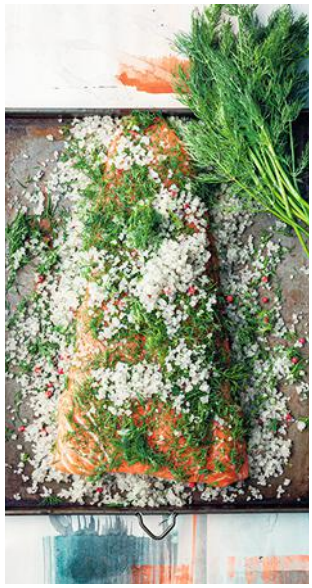
Saumon gravlax

POUR 6 PERSONNES | **20 MIN** préparation | **30 H** Réfrigération

- **500 G** de filet de saumon épais, sans la peau
- **300 G** de gros sel
- **150 G** de sucre en poudre
- **7 cl** de vodka
- **3 c. à soupe** de baies roses
- **1** bouquet d'aneth

1 Placez le saumon sur une plaque ou dans un plat creux.

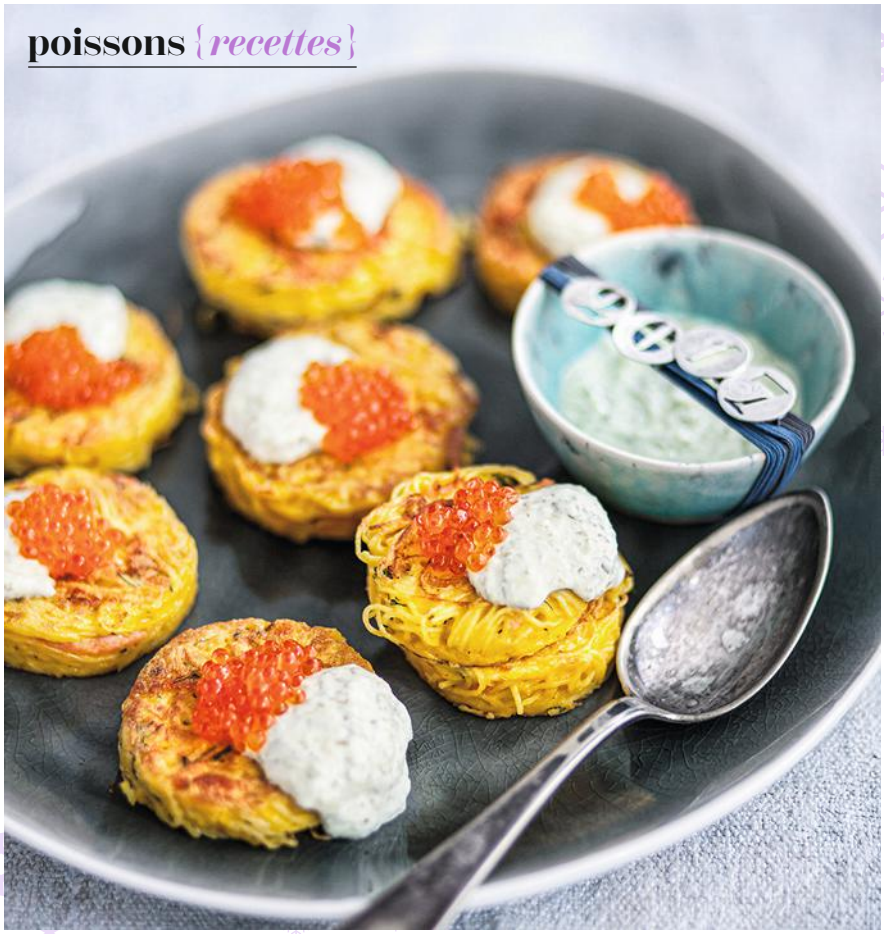
2 Dans un bol, mélangez le sel, le sucre, la vodka, les baies roses et la moitié de l'aneth haché.



3 Enrobez le saumon de ce mélange, couvrez de film alimentaire et placez au réfrigérateur pour 24 heures.

4 Retirez le saumon, rincez-le et séchez-le. Hachez le reste d'aneth et enrobez le saumon avec. Enveloppez de film et laissez à nouveau reposer au réfrigérateur au moins 6 heures. Servez en tranches.

Servez avec une mayonnaise parfumée au cumin et à l'aneth...
Et des tartines de pain de seigle
Pour choisir un bon saumon, fiez-vous à ses lignes blanches : trop épaisses et trop nombreuses, elles trahissent un poisson excessivement gras.



Spaghettinis au saumon

20 MIN préparation | **20 MIN** cuisson | **Pour 4** personnes

- **2** tranches de saumon fumé
- **1** pot d'œufs de saumon
- **1** échalote
- **3** œufs
- **4 c. à soupe** de crème fraîche épaisse
- **125 g** de spaghettinis
- **1 c. à café** de raifort râpé
- **1 c. à café** d'origan séché
- **4 c. à soupe** d'huile d'olive
- Sel et poivre

1 Plongez les spaghettinis dans une casserole d'eau bouillante salée en suivant les recommandations du sachet pour une cuisson al dente. Fouettez les œufs en ajoutant 2 cuillerées à soupe d'eau de cuisson des pâtes.

2 Égouttez les spaghettinis et mélangez-les aux œufs, salez et poivrez. Ajoutez le saumon taillé en très fines lanières et l'origan séché.

3 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse à feu vif. Déposez des petits tas de spaghettinis dans des cercles à dresser d'environ 6 cm de diamètre disposés dans la sauteuse. Faites griller ces blinis puis retournez-les. Ils doivent être dorés et croustillants.

4 Fouettez la crème fraiche avec l'échalote pelée et ciselée et le raifort, assaisonnez. Dressez les blinis de spaghettinis dans un plat, ajoutez par-dessus des œufs de saumon et de la crème assaisonnée. Servez sans attendre.

Gougères farcies

15 MIN préparation | **30 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

POUR LA PÂTE À CHOUX :

- **4** œufs
- **125 g** de beurre en dés
- **12,5 cl** de lait
- **140 g** de farine
- **1 pincée** de sel

POUR LA GARNITURE :

- **2** tranches de saumon fumé
- **1** belle carotte
- **2** branches de basilic
- **100 g** de fromage frais ail et fines herbes
- **100 g** de fromage frais nature (type Petit Billy ou St Môret)
- **1 c. à soupe** de fromage blanc
- **1 petit pot** d'œufs de lump
- Sel et poivre

1 Préparez les choux : versez le beurre, le lait, 12,5 cl d'eau et le sel dans une casserole et portez à ébullition à feu moyen. Retirez du feu, mélangez, puis versez la farine tamisée en une seule fois. Mélangez vigoureusement avec une spatule en bois. Remettez la casserole sur le feu et « séchez » la pâte 1 minute. Elle doit former une boule et se détacher de la paroi. Préchauffez le four à 150 °C.

2 Versez la pâte dans un saladier et ajoutez les œufs un à un en mélangeant bien. Couvrez une plaque de cuisson de papier sulfurisé, puis déposez des noix de pâte suffisamment espacées pour que les choux gonflent et sèchent correctement.

3 Enfournez pour 30 minutes puis ouvrez le four en fin de cuisson pour libérer la vapeur. Laissez refroidir sur une plaque froide.

4 Préparez la garniture : fouettez le fromage blanc avec les fromages frais. Salez et poivrez. Pelez la carotte et détaillez-la en fins bâtonnets de 2 cm de long.

5 Coupez le haut des choux et garnissez-les de fromage, puis ajoutez 2 bâtonnets de carotte, 1 lamelle de saumon fumé, 1 feuille de basilic et un peu d'œufs de lump. Servez.

On profite de préparer de la pâte à choux pour doubler les quantités et congeler le reste. Les choux pourront être garnis de mousse au foie gras ou de chocolat à la décongélation.

Nids de pennes rigate aux rollmops et poutargue

20 MIN préparation | **10 MIN** cuisson | **Pour 8** personnes

- **5 cm** de poutargue
- **4** filets de rollmops à la crème
- **1 poignée** de roquette
- **15 g** de beurre au piment d'Espelette
- **125 g** de minipennes rigate
- **8** feuilles de pâte filo
- **6 cl** d'huile d'olive
- Sel et poivre

1 **Préchauffez le four à 170 °C.** Taillez chaque feuille de pâte filo en deux, superposez-les et recommencez l'opération deux fois. Badigeonnez-les d'huile et foncez-les dans les encoches huilées d'un moule à muffins.

2 **Enfournez 10 à 15 minutes** en surveillant la coloration. Laissez refroidir à la sortie du four.

3 **Plongez les pennes rigate** dans une casserole d'eau bouillante salée en suivant les recommandations pour une cuisson al dente. Égouttez-les et mélangez-les avec le beurre au piment d'Espelette. Salez, poivrez.

4 **Taillez les filets de rollmops** en lanières. Garnissez les nids de pennes rigate et répartissez les rollmops avec quelques rouelles d'oignon issues de la sauce des rollmops. Râpez la poutargue par-dessus. Ajoutez des touches de roquette et servez.

Rouleaux au saumon fumé

15 MIN préparation | **Pour 6** personnes

- **6** grandes tranches de saumon fumé
- **1** petit pot d'œufs de saumon
- **½** citron (jus)
- **5 brins** d'aneth
- **250 g** de mascarpone
- **2 pincées** d'anis vert en poudre
- Sel et poivre

1 Mélangez le mascarpone, le jus du demi-citron, 4 brins d'aneth ciselés, du sel, du poivre, l'anis et la moitié des œufs de saumon. Réservez au frais.

2 Coupez les tranches de saumon en deux dans la longueur. Déposez 1 cuillerée de mascarpone à une extrémité de chaque tranche et roulez.

3 Répartissez les œufs de saumon restants sur les extrémités des rouleaux, ajoutez quelques pluches d'aneth et réservez au frais jusqu'au service.

Gougères au céleri et œufs de lump

30 MIN	20 MIN	Pour 4
préparation	cuisson	personnes

POUR LES GOUGÈRES :

- **3** œufs
- **75 g** de beurre
- **150 g** de farine
- Sel et poivre

POUR LA GARNITURE :

- **50 g** d'œufs de lump (ou de caviar)
- **½** boule de céleri-rave
- **2 c. à soupe** de crème épaisse
- **1** cube de bouillon de volaille

1 **Préparez les gougères :** versez 25 cl d'eau et 1 pincée de sel dans une casserole. Ajoutez le beurre en parcelles et portez à ébullition. Hors du feu, versez la farine d'un seul coup et mélangez vivement à la spatule. Placez à nouveau sur le feu. Faites dessécher la pâte jusqu'à ce qu'elle se détache des parois. Incorporez les œufs l'un après l'autre en mélangeant énergiquement.

2 **Préchauffez le four à 210 °C.** Chemisez la plaque de papier sulfurisé. Mettez la pâte dans une poche munie d'une douille lisse. Disposez des noix de pâte bien espacées les unes des autres. Enfournez les gougères pour 15 minutes jusqu'à ce qu'elles colorent légèrement, puis prolongez la cuisson 5 minutes, porte du four entrouverte.

3 **Préparez la garniture :** épluchez le céleri, coupez 2 belles tranches et détaillez-les en bâtonnets. Coupez le reste en gros cubes. Faites chauffer une grande casserole d'eau avec le bouillon cube. Ajoutez les bâtonnets de céleri et faites-les blanchir 2 minutes. Retirez-les à l'aide d'une écumoire et égouttez-les. Remplacez-les par les cubes de céleri et faites-les cuire 15 minutes. Égouttez-les, mixez-les avec la crème, salez et poivrez. Laissez refroidir.

4 **Découpez les petits chapeaux** au sommet des gougères. Garnissez-les de purée de céleri et œufs de lump au moment de servir.

Pour
aller plus vite,
vous pouvez remplacer la
pâte à choux par des feuilles
de brick : découpez des cercles
et disposez-les dans des moules à
muffin lestés de billes de cuisson
avant d'enfourner quelques
minutes et de garnir.

Saupoudrez les flûtes de noix ou noisettes concassées avant de les enfourner. Grillées, elles apporteront des saveurs supplémentaires à l'apéritif.

Tarama maison et flûtes feuilletées

30 MIN préparation | **10 MIN** cuisson | **2 H** Repos | **Pour 6** personnes

- **1** poche d'œufs de cabillaud fumés de 150 g
- **1** citron bio
- **2** jaunes d'œufs
- **1** petit verre de lait
- **1 c. à soupe** de beurre fondu
- **1** pâte feuilletée
- **20 cl** d'huile de colza
- **80 g** de pain de mie blanc sans croûte
- **1 c. à soupe** de graines de fenouil
- Poivre

1 Préparez le tarama : émiettez le pain de mie dans un saladier, versez le lait et laissez le pain s'imbiber. Écrasez-le ensuite à la fourchette. Jetez le trop-plein de lait si besoin. Ajoutez 1 jaune d'œuf et mélangez au batteur électrique. Versez un peu d'huile tout en battant à vitesse lente.

2 Retirez la peau de la poche d'œufs de cabillaud et émiettez-les dans le saladier. Battez à nouveau en ajoutant l'huile restante en mince filet. Poivrez, couvrez de film alimentaire et réservez au frais au moins 2 heures.

3 Préparez les flûtes feuilletées : préchauffez le four à 200 °C. Mélangez le jaune d'œuf restant et 1 cuillerée à soupe d'eau. Coupez la pâte en bandes, badigeonnez-les de beurre fondu d'un côté, retournez-les et enduisez-les de jaune d'œuf de l'autre. Parsemez de poivre et de graines de fenouil. Tournez les 2 extrémités en sens inverse pour faire une torsade. Posez-les sur la plaque du four couverte de papier cuisson.

4 Enfournez pour 10 minutes. Laissez refroidir sur une grille puis servez avec le tarama bien froid et de fines tranches de citron.

Bûche au saumon fumé

20 MIN préparation | **10 MIN** cuisson | **12 H** réfrigération | **Pour 8** personnes

- **300 g** de saumon fumé en tranches
- **8** œufs
- **400 g** de fromage ail et fines herbes

POUR LA SAUCE :

- **1** citron (jus)
- **½ bouquet** de ciboulette
- **2** yaourts nature
- Sel et poivre

1 Préparez la bûche la veille : préchauffez le four à 180 °C. Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Dans un saladier, battez les jaunes en omelette et dans un autre, les blancs en neige. Mélangez le tout et étalez la préparation sur la lèchefrite du four couverte de papier cuisson. Enfournez pour 10 minutes.

2 Répartissez le fromage sur la pâte chaude hors du four, puis disposez dessus les tranches de saumon. Roulez le tout. Placez 1 nuit au réfrigérateur.

3 Préparez la sauce le jour même : rincez, séchez et ciselez la ciboulette. Déposez-la dans un bol avec les yaourts et le jus de citron. Salez, poivrez et mélangez. Servez avec la bûche coupée en tranches.

Mousse d'avocat à la truite fumée

15 MIN préparation | **Pour 6** personnes

- **100 g** de truite fumée
- **1** gros avocat
- **1** citron vert (jus)
- **1** échalote
- **15 cl** de crème liquide
- **1 c. à soupe** rase de graines de lin
- **1 c. à soupe** d'huile de sésame
- Piment d'Espelette, sel

1 Fouettez 10 cl de crème liquide en chantilly bien ferme. Hachez la truite fumée. Épluchez et hachez finement l'échalote. Épluchez l'avocat, coupez-le en petits morceaux. Mettez-les dans la cuve d'un robot avec le jus du citron vert, l'échalote hachée, 5 cl de crème liquide, du sel et 2 pincées de piment d'Espelette. Faites tourner 2 minutes pour obtenir une préparation lisse.

2 Mélangez la purée d'avocat, la truite fumée hachée et la crème fouettée. Répartissez cette mousse d'avocat dans 4 coupelles (ou ramequins), placez-les au frais.

3 Parsemez-les de graines de lin au moment de servir, et arrosez d'un filet d'huile de sésame.

Tartelettes aux œufs de poisson et fromage

15 MIN préparation | **15 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **60 g** d'œufs de saumon
- **6 brins** de ciboulette
- **30 cl** de crème liquide entière
- **50 g** de comté
- **50 g** de mimolette
- **30 g** de parmesan râpé
- **1** rouleau de pâte brisée
- Sel et poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte, découpez 6 petits disques, déposez-les sur une plaque couverte d'une feuille de papier sulfurisé. Piquez-les à la fourchette, saupoudrez de parmesan râpé et enfournez pour 15 minutes. Laissez refroidir.

2 Montez la crème bien froide en chantilly au batteur électrique. Assaisonnez de sel et de poivre. Réservez au frais. Râpez les fromages à l'aide d'une râpe à gros trous.

3 Étalez un peu de chantilly sur chaque fond de tartelette refroidi. Ajoutez quelques œufs de poisson et répartissez les fromages râpés. Poivrez, décorez d'un brin de ciboulette et servez.

Dip de truite fumée et crème fromagère

20 MIN préparation | **10 MIN** cuisson | **1 H** réfrigération | **12 H** repos | **Pour 6** personnes

- **250 g** de truite fumée
- **1** citron (jus)
- **3** cornichons
- Brins d'aneth
- **100 g** de fromage ail et fines herbes
- **100 g** de mascarpone
- **5** cerneaux de noix concassés
- **1 c. à soupe** de vinaigre balsamique blanc
- Sel et poivre

POUR LES CRACKERS AU PARMESAN :

- **1** jaune d'œuf
- **15 cl** de lait
- **80 g** de parmesan râpé
- **40 g** de beurre demi-sel mou
- **160 g** de farine
- **3 pincées** de paprika
- **2 pincées** de sel

1 Préparez les crackers la veille : travaillez la farine, le sel, le parmesan et le paprika avec le beurre. Incorporez le lait progressivement en remuant. Roulez en boule et placez la pâte 30 minutes au réfrigérateur.

2 Abaissez finement la pâte sur une plaque tapissée de papier sulfurisé en filmant la surface pour faciliter l'opération. Découpez-la en cercles avec un emporte-pièce et écartez les chutes. Replacez 30 minutes au réfrigérateur.

3 Préchauffez le four à 180 °C. Fouettez le jaune d'œuf avec quelques gouttes d'eau et badigeonnez-en la surface des biscuits. Piquez superficiellement le dessus avec un cure-dents puis enfournez pour 10 minutes. Laissez tiédir, décollez et laissez refroidir une nuit sur une grille.

4 Préparez la garniture le jour même : hachez la moitié de la truite fumée et les cornichons. Ciselez quelques pluches d'aneth. Ajoutez au tout le mascarpone, le fromage ail et fines herbes et les noix. Versez le jus du citron et le vinaigre balsamique. Salez si besoin et poivrez généreusement.

5 Répartissez sur les crackers. Décorez de pluches d'aneth et du reste de truite.

On peut enrichir la crème au fromage avec de la betterave râpée crue (ou du radis). Elle apporte de la couleur, du croquant et une touche acidulée. Plus classiquement, on ajoute de la pomme granny-smith râpée, très rafraîchissante.

COOPÉRATIVE ALSACE LAIT
GOURMET DE TRADITION

Disponible au rayon frais

Nous sommes fiers de vous proposer la seule **crème fraîche fluide Label Rouge, fabriquée en Alsace**. Sans additif, avec un goût **délicat** et une blancheur **raffinée**, elle est un **ingrédient d'exception** pour réussir toutes vos pâtisseries et vos desserts.

Bûche Chocolat Marrons comme un Mille Feuilles

8 personnes - Temps de préparation 50 min

INGRÉDIENTS

BISCUIT GENOISE
- 170 g de chocolat noir
- 6 œufs
- 180 g de farine
- 125 g de sucre
- Sel

CRÈME CHANTILLY
- 50 g de crème fraîche fluide Label Rouge Alsace Lait
- 50 g de sucre glace
- 1 CC de poudre de vanille

DÉCOR
- 100 g de marrons glacés

GLAÇAGE
- 150 g de chocolat noir
- 15 cl de crème fraîche fluide Label Rouge Alsace Lait
- 100 g de beurre
- 150 g de sucre glace

Préchauffez le four à 180°C

Le Biscuit

Hâchez finement le chocolat et faites-le fondre avec le beurre au micro-ondes, mélangez régulièrement.

Dans le bol d'un robot, fouettez les jaunes d'œuf avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez le chocolat tiédi et la farine. Réservez.

Nettoyez le bol et séchez-le bien. Battez les blancs d'œuf en neige bien ferme avec une pincée de sel fin. Mélangez-les à la préparation précédente. Étalez ensuite la pâte obtenue sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé. Enfournez 15 min. À la sortie du four, laissez le biscuit refroidir.

La Crème

Versez la crème fraîche fluide Label Rouge Alsace Lait très froide dans le bol d'un robot, fouettez-la en chantilly tout en incorporant délicatement le sucre glace et la poudre de vanille.

Le Glaçage

Hâchez finement le chocolat et faites-le fondre avec le beurre au micro-ondes en remuant régulièrement. Ajoutez le sucre glace et la crème fraîche fluide Label Rouge Alsace Lait. Mélangez jusqu'à l'obtention d'un glaçage homogène.

Dressage

Découpez le biscuit en trois rectangles de 10x20 cm, sur un premier rectangle, dressez la crème chantilly à l'aide d'une poche à douille, ajoutez quelques brisures de marron glacé, déposez un deuxième rectangle de biscuit et répétez l'opération.

À l'aide d'une spatule, déposez le glaçage au chocolat sur le dernier biscuit et parsemez de brisures de marron glacé.

C'est prêt !
Vous pouvez vous régaler !

© Vincent Lassiaz - Agence Félix

Retrouvez notre recette de la bûche Chocolat Marrons et bien d'autres idées gourmandes sur **www.alsace-lait.com**

Pas toujours évident d'avoir un nombre de coquetiers suffisant... Sinon, on prévoit des rondelles de baguette (ou de flûte, selon la taille) d'environ 2 cm d'épaisseur, on enlève la mie et on cale l'œuf debout au milieu, tenu par la croûte du pain. Pas cher et rigolo !

Œufs brouillés aux œufs de lump

20 MIN préparation | **15 MIN** cuisson

Pour 4 personnes

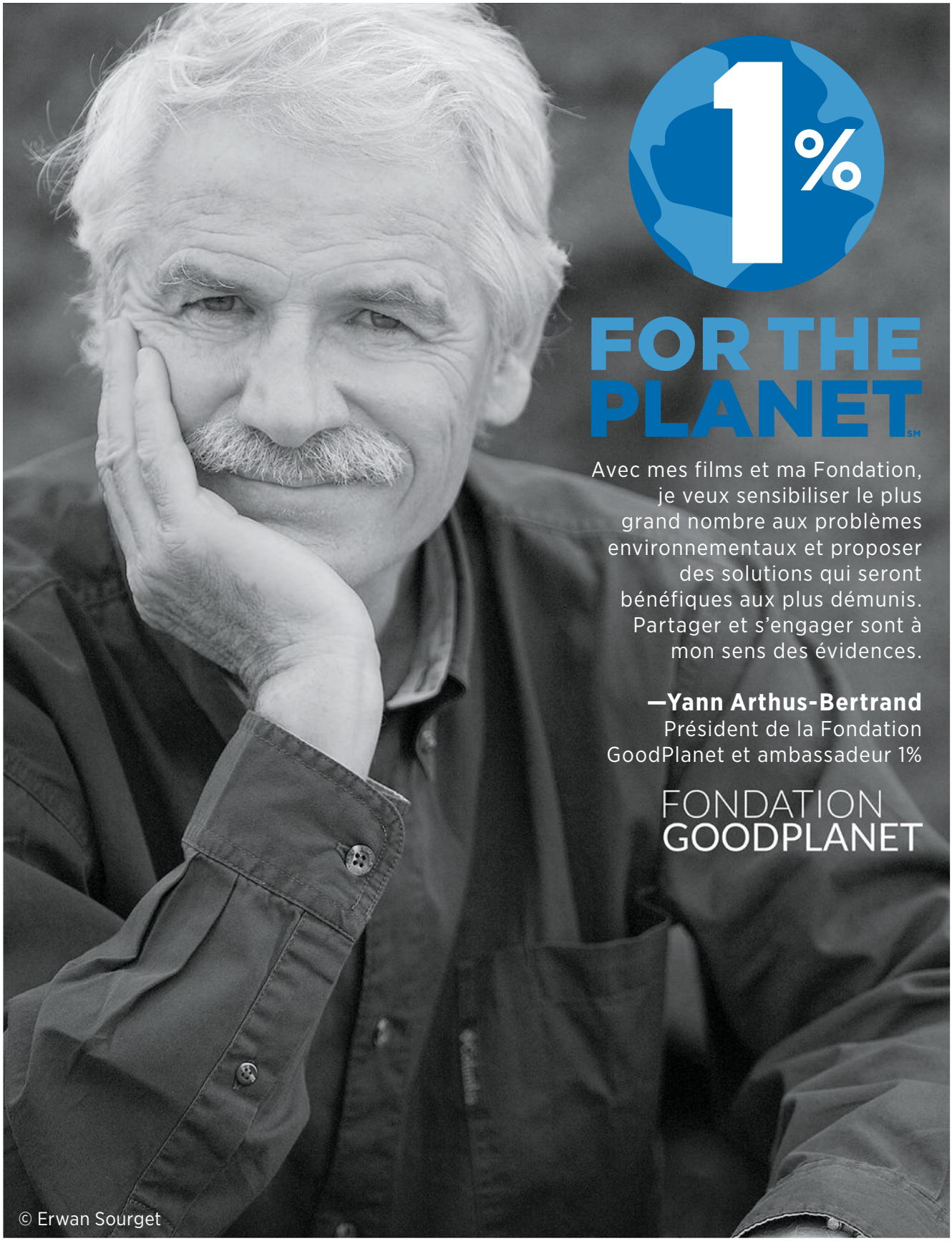
- **8 c. à café** d'œufs de lump (noir et/ou orange)
- **10 brins** de ciboulette
- **8** œufs
- **30 g** de beurre
- **5 cl** de crème fraîche
- Sel et poivre

1 **Lavez soigneusement les coquilles** des œufs. Décalottez-les tous le plus proprement possible (il existe pour cela une pince ronde avec des pointes à l'intérieur, qui facilite les choses) et videz leur contenu dans un saladier.

2 **Lavez, séchez et ciselez** la ciboulette, puis ajoutez-la aux œufs. Salez, poivrez, versez 2 cuillerées à soupe d'eau et remuez grossièrement.

3 **Cuisez le mélange aux œufs** avec le beurre dans une casserole à fond épais à feu très doux, en remuant sans arrêt pendant 10 à 15 minutes, suivant la consistance souhaitée.

4 **Incorporez-y alors la crème froide.** Répartissez dans les coquilles vides et garnissez le dessus des œufs de lump. Servez immédiatement.



+1 Yann Arthus Bertrand soutient 1% for the Planet, réseau d'entreprises philanthropes consacrant 1% de leur chiffre d'affaires à des associations environnementales.

www.onepercentfortheplanet.org

1% FOR THE PLANET

Endive croquante à la mousse de ricotta, à l'aneth et au saumon fumé

20 MIN préparation | **Pour 6** personnes

- **300 g** de saumon fumé
- **3** endives
- **1 bouquet** d'aneth
- **3 ou 4** brins de cerfeuil
- **350 g** de ricotta
- **30 cl** de crème liquide entière
- **1 c. à soupe** de graines de sésame dorées
- Sel et poivre

1 Coupez l'extrémité des endives et effeuillez-les délicatement. Rincez-les sous l'eau fraîche et séchez-les sur du papier absorbant. Lavez et effeuillez les herbes. Hachez finement l'aneth. Détaillez le saumon en fines lanières.

2 Versez la ricotta dans un grand bol, assaisonnez de sel et de poivre et ajoutez l'aneth ciselé. Montez la crème liquide bien froide en chantilly ferme et ajoutez-la à la ricotta en soulevant délicatement le mélange. Débarrassez le tout dans une poche munie d'une douille cannelée. Réservez au frais.

3 Dressez, au moment de servir, une belle quenelle de mousse de ricotta sur chaque feuille d'endive. Ajoutez une lamelle de saumon et parsemez de graines de sésame. Décorez d'une pluche de cerfeuil et servez.

Les légumes ont aussi mis leurs habits de lumière

Fini la salade qui fait triste mine à côté des autres bouchées. Que l'on soit végétarien ou non, on n'est pas en reste avec les légumes et on fait parler notre créativité, en concoctant soufflés, mille-feuilles et autres terrines qui ravissent les yeux et les papilles.

L'HUILE D'OLIVE

L'or du Sud

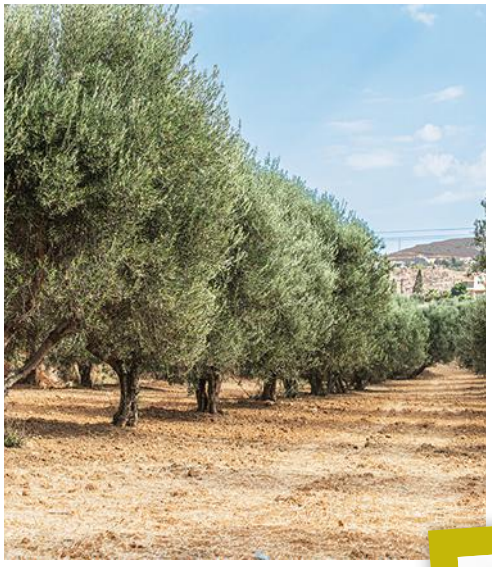
Emblématique du bassin méditerranéen, la culture de l'olivier est pratiquée depuis des millénaires. Si les olives de table ont toujours été consommées, l'huile a connu des périodes plus ou moins fastes.

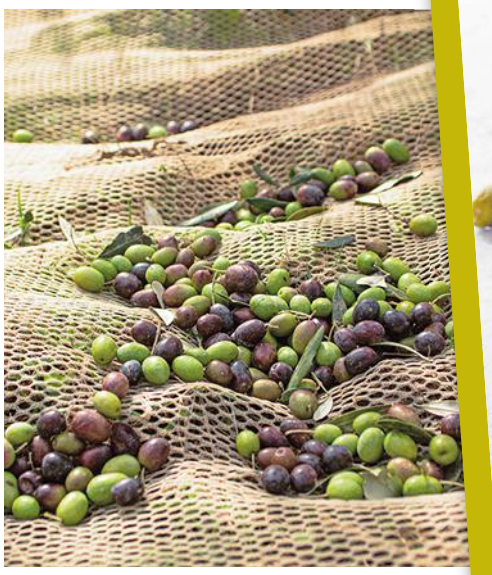
Reine de la cuisine romaine antique, elle est longtemps reléguée au second plan avant de détrôner le beurre à la fin du XXe siècle. Depuis, le succès est spectaculaire et elle a conquis la gastronomie. On s'intéresse maintenant aux différents crus, on décrypte les arômes, la force, l'onctuosité… Sa consommation augmente partout, notamment au Japon ou aux États-Unis, où il est « so chic » d'assaisonner ses petits plats avec une huile d'olive de qualité. Face à une offre qui s'étoffe, s'y retrouver devient difficile.

LA FLEUR D'HUILE D'OLIVE, C'EST QUOI ?
Quelques domaines oléicoles commercialisent aujourd'hui des flacons de « fleur d'huile d'olive extra vierge ». Onéreuse, cette huile est obtenue par broyage (et non par pressage). C'est un pur jus onctueux, aux parfums concentrés… et à 100 € le litre, au minimum !

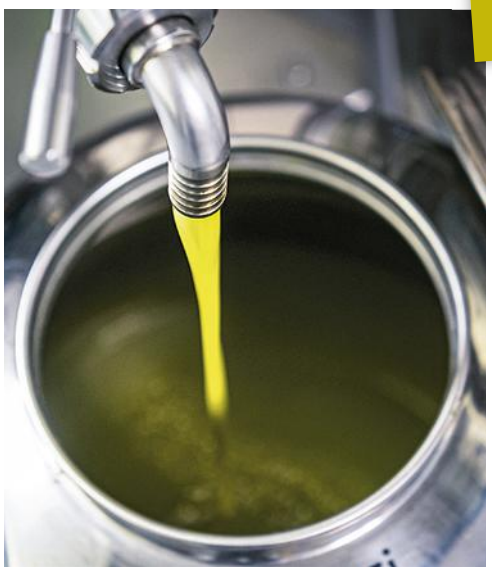
UN INDICATEUR-CLÉ

D'autres critères peuvent aider à faire le tri : en particulier l'indication, trop rare, de la date de récolte des olives (et non uniquement la date de durabilité maximale, DDM, obligatoire). Car, au fil des mois, la puissance aromatique faiblit et l'huile d'olive rancit facilement.





Comme un bon vin, une huile dépend de la variété des olives, du terroir et du savoir-faire de l'oléiculteur.



DES REPÈRES DE BASE

Les olives dont elle est issue

Elle provient parfois d'une seule variété (« monovariétale »), d'un assemblage de variétés locales ou encore, pour les produits passe-partout, d'un mélange de nombreuses variétés. Une huile extraite de picholines, de lucques (Hérault), de négrettes (Gard, Ardèche) ou de tanches (Nyons) n'aura pas le même goût qu'une huile provenant de caillettes (les typiques olives niçoises). Sans parler des olives espagnoles, italiennes, crétoises ou tunisiennes... Pour déterminer celle(s) que l'on aime, une seule solution : goûter !

Sa famille de « fruité »

- **Fruité vert,** la plus courante, notamment en Italie. Les olives sont récoltées en début de maturité. L'huile est dominée par des notes herbacées et végétales (foin, artichaut, pomme), elle pique agréablement le fond de la gorge (« ardence »), et elle est légèrement amère.
- **Fruité mûr,** la plus polyvalente : l'huile est ronde, voluptueuse, sans amertume, elle offre une palette de saveurs végétales, de fleurs et de fruits secs.
- **Fruité noir,** la plus ancestrale. Les olives sont récoltées bien mûres puis fermentent quelques jours. C'est la méthode à l'ancienne. L'huile, très peu amère, développe une richesse gustative complexe de champignon, fruits confits, cacao...
- **Idéalement, on a les trois dans son placard :** la première pour les produits frais (salades, légumes de printemps, viandes blanches, fromage de chèvre) ; la seconde, polyvalente, pour les petits plats quotidiens ; la dernière pour les viandes de caractère, la cuisine méditerranéenne (couscous), les crudités provençales...

ATTENTION AUX **ARTIFICES**

Ce n'est pas parce qu'une huile est vendue sur un petit marché qu'elle est de provenance locale : vérifiez l'étiquette.

- Un prix élevé n'est pas toujours justifié, même s'il s'agit d'un bon produit artisanal. Comparez !
- Un packaging flatteur (flacon couture, bouteille rétro) ou un nom pompeux (« Cuvée princesse ») ne sont pas forcément synonymes d'excellence, mais font grimper le prix en flèche.
- Préférez la mention « obtenue uniquement par des procédés mécaniques », « première pression à froid » ou « extraite à froid ».

VIERGE ET VIERGE EXTRA, DÉCRYPTAGE

Pour qu'une huile soit « vierge », le pressage des olives doit exclure tout traitement chimique et phase de chauffe. Le terme « extra » qui peut s'y ajouter ne sera décroché que sur évaluation de la qualité globale (dont le degré d'acidité). Les huiles vierges extra sont donc le must des huiles vierges. Si l'on veut un produit de qualité, à défaut de mention précise sur la bouteille, on s'appuie sur les appellations, AOP et AOC, assez nombreuses. Le logo AB, de son côté, garantit un mode de production excluant les substances chimiques. Mais attention, ce n'est pas une assurance de qualité gustative.

LES BONS RÉFLEXES

Achetez une huile la plus fraîche possible, en faible quantité, en privilégiant une bouteille en verre teinté ou un bidon métallique (évitez le plastique), conservez-la à l'abri de la lumière et, idéalement, dans un endroit frais (pas plus de 18 °C). Gardez vos bouteilles bien fermées : l'air altère l'huile autant que la lumière.

- **À noter :** il est inutile d'utiliser une huile d'olive vierge extra pour cuisiner, elle y laisse une partie de ses arômes. Une huile vierge de qualité est suffisante.

UN SACRÉ SAVOIR-FAIRE

Le terroir, la variété des olives et le climat ne font pas tout. Les connaissances et les compétences des producteurs sont déterminantes. L'oléiculture est une activité difficile et contraignante. Les producteurs locaux sont souvent des experts passionnés –une valeur sûre si l'on ne veut pas d'huile standardisée. Ils exercent le plus souvent leur métier de façon traditionnelle (récolte manuelle, pressage immédiat), maintiennent une qualité optimale, et les entendre parler du « millésime » de l'année est très formateur. Les ateliers et opportunités de dégustation sont nombreux, n'hésitez pas à faire le déplacement.

Espuma de citrouille à la truffe

30 MIN préparation	**35 MIN** cuisson
2 H réfrigération	**Pour 6** personnes

- **400 g** de citrouille
- **1** échalote
- **1** petite truffe fraîche (30 g)
- **40 cl** de crème liquide
- **1 c. à soupe** d'huile d'olive
- Sel et poivre

1 Épluchez et ciselez l'échalote. Pelez et coupez la citrouille en dés. Faites-les revenir 5 minutes dans une casserole avec l'huile d'olive et l'échalote ciselée.

2 Versez un demi-verre d'eau, salez, poivrez, couvrez et laissez cuire pendant 30 minutes à feu doux.

3 Égouttez les dés de citrouille et mixez-les avec la crème dans un blender. Filtrez la préparation et versez-la dans un siphon. Vissez une cartouche de gaz. Réservez le siphon au moins 2 heures au réfrigérateur en position couchée.

4 Brossez la truffe sous le robinet. Pelez-la et détaillez-la en tranches puis en bâtonnets.

5 Dressez l'espuma de citrouille dans les verrines au moment de servir, en mettant le siphon la tête en bas. Disposez les bâtonnets de truffe sur le dessus. Servez aussitôt.

Palmiers au poivre et au sel

10 MIN préparation | **15 MIN** cuisson

30 MIN congélation | **Pour 6** personnes

250 g de pâte feuilletée
5 g de fleur de sel
5 g de graines de poivre

1 Étalez la pâte feuilletée sur le plan de travail, sur du papier de cuisson, en un rectangle de 40 x 30 cm. Concassez les graines de poivre. Saupoudrez la pâte de fleur de sel et de poivre concassé.

2 Mesurez la moitié de la pâte, repliez les deux côtés vers le centre. Repliez une nouvelle fois vers le centre afin d'obtenir un rouleau. Réservez 30 minutes au congélateur.

3 Découpez le rouleau en tronçons d'1 cm d'épaisseur environ. Aplatissez chaque tronçon pour lui donner la forme de palmier. Préchauffez le four à 180 °C.

4 Chemisez la plaque du four de papier sulfurisé. Posez les palmiers en les espaçant bien (ils vont gonfler). Enfournez pour 15 minutes en les retournant à mi-cuisson. Servez tiède ou froid.

Cuillères apéritives de potiron au curry et châtaignes

25 MIN	30 MIN	Pour 4
préparation	cuisson	personnes

- **500 g** de chair de potiron
- **2** oignons
- **4** brins de coriandre
- **¼** de piment frais
- **½** yaourt nature brassé
- **250 g** de châtaignes entières en conserve
- **8** tranches de jambon végétal
- **15 cl** de lait de coco
- **15 cl** de bouillon de volaille
- **1 c. à soupe** d'huile d'olive
- Sel et poivre

POUR LA PÂTE DE CURRY :

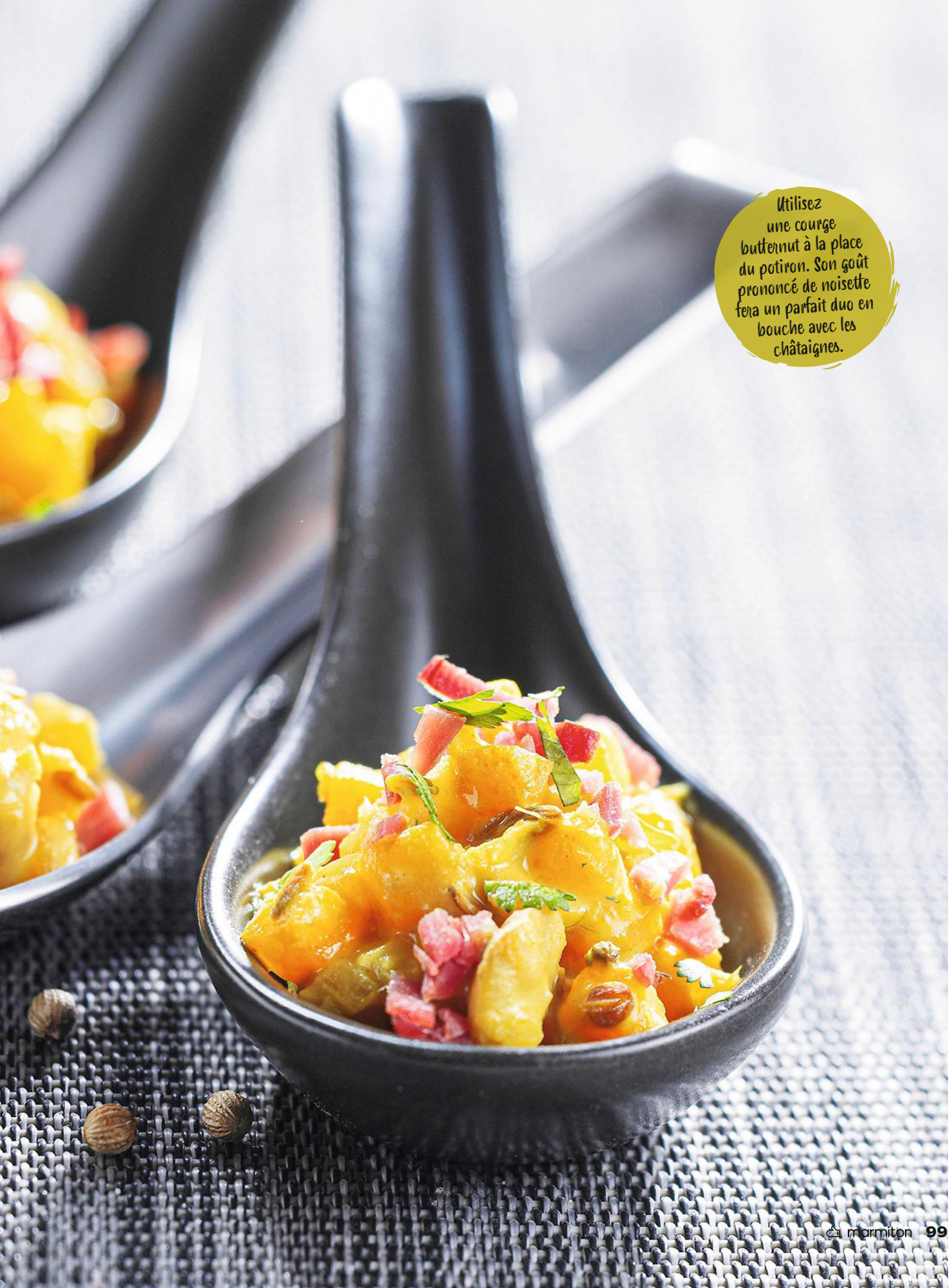
- **2** gousses d'ail
- **2 cm** de gingembre frais
- **2** clous de girofle
- **1 c. à soupe** de coriandre en grains
- **1 c. à café** de curcuma
- **1 c. à café** de cumin en grains

1 Préparez la pâte de curry : épluchez les gousses d'ail et le gingembre. Placez-les dans le bol d'un mixeur. Ajoutez le curcuma, les graines de coriandre et de cumin, les clous de girofle. Ajoutez 1 à 2 cuillerées à soupe d'eau et mixez jusqu'à obtenir une pâte épaisse.

2 Hachez le piment au couteau. Épluchez le potiron et coupez-le en tout petits dés. Pelez et émincez les oignons.

3 Faites revenir les oignons dans une poêle bien chaude avec l'huile d'olive. Ajoutez la pâte de curry, le piment, les dés de potiron et mélangez bien. Versez le bouillon de volaille et le lait de coco. Laissez mijoter 15 minutes sur feu moyen puis ajoutez les châtaignes grossièrement concassées. Poursuivez la cuisson 10 minutes. Versez le yaourt dans la poêle 5 minutes avant la fin de la cuisson. Salez et poivrez.

4 Hachez les tranches de jambon végétal au couteau. Servez le curry bien chaud dans des cuillères apéritives. Parsemez de coriandre et de jambon haché.



Utilisez une courge butternut à la place du potiron. Son goût prononcé de noisette fera un parfait duo en bouche avec les châtaignes.

Toasts briochés au beurre d'algues et radis noir

20 MIN préparation | **Pour 8** personnes

- **1** radis noir
- **1** gousse d'ail
- **1** pointe de jus de citron
- **100 g** de beurre de baratte à température ambiante
- **1** baguette viennoise
- **30 g** de graines de sésame noir
- **1 c. à soupe** de mélange de fines algues sèches en paillettes
- Sel et poivre

1 Hachez finement l'ail dégermé. Dans un bol, placez le beurre et assouplissez-le à la fourchette. Ajoutez les algues et l'ail, mélangez. Salez, poivrez, mélangez à nouveau et placez au frais.

2 Lavez le radis et coupez-le en très fines tranches à l'aide d'une mandoline, puis recoupez chaque tranche en deux.

3 Coupez la baguette en tranches, tartinez-les de beurre aux algues, répartissez le radis noir dessus. Ajoutez la pointe de jus de citron puis parsemez de sésame noir juste avant de servir.

Renforcez l'esprit sucré-salé en ajoutant un filet de miel d'acacia sur les feuilletés avant de les servir à table.

Feuilletés au kaki et au chèvre

10 MIN préparation | **15 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **2** kakis
- **1** branche de romarin
- **1** jaune d'œuf
- **250 g** de bûche de chèvre
- **1** pâte feuilletée rectangulaire
- **4 c. à soupe** d'amandes effilées

1 Formez vos feuilletés. Détaillez la pâte en plusieurs rectangles. Sur chaque rectangle, marquez un trait peu profond à 2 cm des bordures de chaque côté.

2 Préparez la garniture. Tranchez la bûche. Lavez et épluchez les kakis, coupez-les en deux puis en tranches. Préchauffez le four à 180 °C.

3 Montez les bouchées. Au centre de chaque rectangle de pâte, déposez 1 ou 2 morceaux de kaki sans dépasser les marquages. Recouvrez de fromage de chèvre et parsemez d'amandes effilées.

4 Faites cuire le tout. Dorez les bords de la pâte avec le jaune d'œuf battu et enfournez pour une quinzaine de minutes. Ajoutez quelques brins de romarin avant de servir.

Couronne de patate douce au bleu

20 MIN préparation | **50 MIN** cuisson

Pour 6 personnes

- **2** patates douces
- **2** échalotes
- **1** jaune d'œuf
- **200 g** de fromage bleu type fourme d'Ambert
- **1** rouleau de pâte feuilletée
- **4 c. à soupe** d'huile d'olive
- **1 c. à café** de paprika moulu
- Sel et poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Pelez et coupez les patates douces en cubes. Pelez et émincez les échalotes dans la longueur. Répartissez-les sur la lèchefrite du four, arrosez-les d'huile, saupoudrez de paprika, de sel et de poivre. Mélangez bien et enfournez pour 30 minutes.

2 Déroulez la pâte sur une plaque à four. Posez un bol de 8 cm de diamètre au centre. Disposez les légumes autour en laissant 4 cm de bords. Émiettez le fromage par-dessus. Taillez des triangles dans la bordure de pâte, rabattez-les sur la garniture vers l'intérieur.

3 Retirez le bol et détaillez des rayons en partant du centre du cercle vers la garniture. Repliez les triangles ainsi formés sur la garniture.

4 Fouettez le jaune d'œuf avec 1 cuillerée à soupe d'eau froide et badigeonnez-en la pâte à l'aide d'un pinceau, enfournez pour 20 minutes à 180 °C, jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée.

Ajoutez une note surprenante en incorporant au bouillon de cuisson 5 cl de café serré, de l'arabica de préférence.

Cappuccino de châtaignes

20 MIN préparation | **1H** cuisson | **Pour 6** personnes

- **400 g** de châtaignes fraîches (ou en bocal)
- **40 cl** de crème fleurette
- **20 cl** de bouillon de légumes
- Sel et poivre

1 Épluchez les châtaignes et faites-les bouillir 40 minutes dans de l'eau salée. Égouttez-les. Si elles sont en bocal, essorez-les simplement.

2 Versez le bouillon et la crème dans une casserole. Fouettez-les ensemble puis ajoutez les châtaignes et cuisez le tout 20 minutes à feu moyen.

3 Mixez longuement cette préparation pour l'émulsionner. Salez et poivrez. Répartissez-la dans des verrines et servez chaud, en entrée ou en accompagnement de veau, volaille ou gibier.

Bouchées de betterave sucrées-salées

10 MIN préparation | **1 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **1** grosse betterave rouge cuite
- **½** citron (jus)
- **5** brins de coriandre
- **100 g** de rosette de fromage Tête de moine
- **12** biscuits apéritifs nature
- **2 c. à soupe** de vinaigre de miel
- **2 c. à soupe** d'huile de noix
- **1 c. à café** de pignons de pin
- **3 pincées** de coriandre en poudre
- Sel et poivre

1 Pelez la betterave et coupez-la en dés. Pressez le citron puis versez le jus sur la betterave avec le vinaigre et la moitié de l'huile de noix. Mixez le tout, salez et poivrez. Ajoutez la coriandre en poudre ainsi que celle en feuilles.

2 Torréfiez les pignons environ 1 minute dans une poêle bien chaude en remuant. Répartissez la mousse de betterave sur les biscuits, ajoutez les rosettes de Tête de moine et les pignons. Arrosez du reste d'huile de noix et servez.

Ramequins de patate douce et artichaut

30 MIN préparation | **20 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

- **1 kg** d'artichauts
- **1 kg** de patates douces
- **3 c. à soupe** d'huile d'olive
- Amandes effilées
- Sel et poivre

1 Préparez vos légumes. Rincez les feuilles d'artichaut en tapant sur le bout du légume pour les écarter. Faites-les cuire à la vapeur pendant 20 minutes. Laissez refroidir. Pelez les patates douces et tranchez-les grossièrement. Laissez-les cuire 10 minutes à la vapeur.

2 Prélevez les feuilles épaisses des artichauts et grattez-les pour recueillir uniquement la chair. Mixez-la avec les patates douces cuites pour obtenir une purée. Récupérez la chair des feuilles plus tendres et découpez les cœurs en dés.

3 Dressez le tout. Mélangez grossièrement les dés et la chair d'artichaut avec la purée. Salez et poivrez. Ajoutez l'huile d'olive et mélangez. Versez la préparation dans des petits ramequins et parsemez d'amandes effilées avant de servir.

Faites dorer les ramequins sous le gril du four après les avoir recouverts d'une fine couche de chapelure et d'une noisette de beurre.

Sapins feuilletés à la tapenade

20 MIN préparation | **20 MIN** cuisson | **Pour 6** personnes

1 pâte feuilletée rectangulaire
200 g de tapenade noire

1 Préchauffez le four à 180 °C. Déroulez la pâte feuilletée. Badigeonnez toute la surface de tapenade.

2 Détaillez la pâte en bandes de 1 à 1,5 cm de large. Pliez chaque bande plusieurs fois sur elle-même afin de former des sapins.

3 Enfoncez 1 petite brochette en bois dans chaque sapin. Disposez-les sur une plaque couverte de papier sulfurisé. Enfournez pour 20 minutes.

Pannacotta aux herbes

20 MIN préparation | **5 MIN** cuisson
10 MIN infusion | **3 H** réfrigération

3 brins de basilic vert
1 brin de basilic pourpre
40 cl de crème liquide entière
100 g de mascarpone
1 c. à café d'agar-agar
Sel et poivre

1 Lavez et effeuillez le basilic vert, hachez-le grossièrement. Mettez-le dans une casserole avec 25 cl de crème, l'agar-agar, un peu de sel et de poivre. Portez à ébullition et laissez infuser 10 minutes.

2 Mixez la préparation et filtrez-la. Reversez-la dans la casserole et faites fondre sur feu doux. Versez la pannacotta dans des verrines. Réservez au moins 3 heures au réfrigérateur.

3 Mélangez le reste de crème bien froide et le mascarpone dans un saladier, salez et poivrez. Montez la préparation en chantilly à l'aide d'un batteur. Débarrassez-la dans une poche à douille. Réservez au frais.

4 Dressez un peu de chantilly dans chaque verrine au moment de servir. Décorez de quelques feuilles de basilic pourpre et servez.

L'IDÉE EN PLUS
Déposez quelques dés de betterave au fond des verrines avant de verser la pannacotta. Le basilic se marie très bien avec les saveurs de la terre.

Verrine citrouille et pain d'épices

15 MIN préparation | **20 MIN** cuisson
1H réfrigération | **Pour 6** personnes

- **300 g** de potiron
- **2** jaunes d'œufs
- **30 cl** de crème fleurette
- **50 g** de fromage frais crémeux
- Lait
- **3** tranches de pain d'épices
- **2 c. à soupe** de miel
- **1 c. à soupe** de sucre glace
- **1 c. à café** d'huile de noisette
- **1 c. à café** d'agar-agar
- **½** gousse de vanille
- **2 pincées** d'épices à pain d'épices
- Sel et poivre

1 Pelez le potiron et coupez-le en morceaux. Couvrez d'un mélange moitié lait, moitié eau. Ajoutez la vanille. Laissez frémir dans une casserole 20 minutes. Portez 10 cl de crème à ébullition avec l'agar-agar.

2 Égouttez le potiron. Versez la crème à l'agar-agar et mixez. Ajoutez les jaunes d'œufs, l'huile, les épices, du sel et du poivre. Laissez tiédir et incorporez le fromage.

3 Montez 20 cl de crème et le sucre glace en chantilly bien ferme. Broyez au robot les tranches de pain d'épices, réservez-en 1 cuillerée et répartissez le reste dans le fond des verrines.

4 Déposez une couche de chantilly entre deux couches de potiron dans les verrines. Terminez par un nuage de chantilly. Saupoudrez du reste de chapelure de pain d'épices et arrosez d'un filet de miel. Placez au moins 1 heure au réfrigérateur avant de servir.

Velouté de topinambour et panais

20 MIN	30 MIN	Pour 4
préparation	cuisson	personnes

- **500 g** de topinambours
- **2** panais
- **2** carottes moyennes
- **1** oignon
- **1** gousse d'ail
- **1** branche de thym
- **½** feuille de laurier
- **2 c. à soupe** de crème liquide
- **½ c. à café** de noix de muscade
- Sel

1 Épluchez et rincez les légumes. Coupez les topinambours en deux ou en quatre selon leur taille. Détaillez les carottes et les panais en rondelles épaisses. Dégermez l'oignon et l'ail. Mettez tous les légumes dans une grande casserole. Ajoutez le laurier et le thym puis couvrez avec 1,25 litre d'eau. Ajoutez 1 grosse pincée de sel.

2 Portez à ébullition puis laissez cuire à petit bouillon pendant 30 minutes environ, jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Retirez le thym et le laurier et mixez avec une partie de l'eau de cuisson selon la consistance désirée.

3 Rectifiez l'assaisonnement en sel au moment de servir, ajoutez la crème liquide et râpez un peu de noix de muscade. Servez avec quelques petits croûtons.

ANTOINE DE LA FARGE

Artisan des Terroirs

Domaine CHAVET Menetou-Salon

DOMAINE DE L'ERMITAGE

MENETOU-SALON

MENETOU-SALON

POUILLY-FUMÉ

SANCERRE

QUINCY

REUILLY

www.delafarge.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.
À consommer avec modération.

15 cocktails à tenter pour les fêtes

On n'en fait pas souvent par manque de temps. Alors, on profite des fêtes pour se lancer. L'apéritif est le moment idéal de faire valoir ses talents de barman, en préparant des cocktails aussi beaux que bons. Par Louise Stark

3 FAÇONS DE MÉLANGER

1 AU SHAKER
Il est surtout utile pour les cocktails aux ingrédients à la texture épaisse (crème, œufs), et pour glacer ceux qui se servent sans glaçons. Versez les ingrédients dans l'ordre indiqué sur la recette, fermez et secouez vigoureusement, puis versez dans le verre. Si le cocktail contient une boisson gazeuse, ajoutez-la ensuite dans le verre.

2 AU BLENDER
On l'utilise pour les mélanges qui contiennent des morceaux de fruits et ceux qui nécessitent de la glace pilée. Commencez par placer les glaçons dans le bol avec 1 cuillerée à soupe d'eau, mixez pour piler la glace, ajoutez les ingrédients et mixez par pulsations courtes, jusqu'à obtenir la consistance désirée.

3 DANS LE VERRE
C'est la seule solution pour les boissons gazeuses et celles qui contiennent des ingrédients de même texture (alcool + eau ou jus de fruit). Versez les ingrédients dans l'ordre indiqué par la recette, mélangez avec une cuillère à mélange, ajoutez éventuellement le sirop.

Margarita

- **1** citron vert bio
- **2 cl** de jus de citron vert
- **5 cl** de tequila
- **3 cl** de triple sec (Cointreau, Grand Marnier)
- Sel

1 Remplissez le shaker de glaçons, ajoutez le jus de citron et les alcools. Frappez au shaker puis versez dans un verre givré au sel. Décorez d'une rondelle de citron vert.

VERSION VIRGIN :
1/2 citron vert (jus)
5 cl de jus de pamplemousse
3 cl de jus d'orange
1 trait de sucre de canne
1 touche de fleur d'oranger

Passer pour un pro : LE DICO DU BARMAN

FRAPPER Ne dites surtout pas « secouer » ! Mais c'est de pourtant bien de ça qu'il s'agit, c'est le terme employé quand on secoue le shaker, jusqu'à apparition de la condensation sur la timbale.

GIVRER Désigne le fait de décorer le bord du verre de sucre (nature ou coloré) ou de sel. Pour cela, il suffit de le tremper dans une soucoupe de jus de citron, puis dans une autre soucoupe contenant le sucre ou le sel.

CHALUMEAU Une paille en verre, d'un diamètre plus gros que ses cousines en plastique interdites à partir du 1er janvier 2021.

SHORT/LONG DRINKS Comme leur nom l'indique, ils désignent les cocktails plus ou moins grands. Les shorts contiennent plus d'alcool, moins d'ingrédients et sont servis dans un petit verre, 15 cl maximum. Les longs sont ceux qui utilisent des jus, sodas ou autres boissons non alcoolisées et ont une contenance de 25 cl le plus souvent.

Mojito

- ½ citron vert bio
- 6 à 8 feuilles de menthe
- 4 cl de rhum blanc
- 2 cl de sirop de sucre de canne
- 10 glaçons pilés
- Un peu d'eau gazeuse

1 Pilez les glaçons. Déposez les feuilles de menthe dans le fond du verre. Coupez le demi-citron en petits quartiers et placez-les dans le verre. Ajoutez le sirop de sucre de canne. Écrasez le citron avec un pilon directement dans le verre.

2 Ajoutez la glace pilée, puis le rhum et enfin l'eau gazeuse. Mélangez à la cuillère.

VERSION VIRGIN : Remplacez le rhum par un mélange moitié eau gazeuse et moitié jus de citron vert.

Americano

- 1 tranche d'orange
- 4 cl de Campari
- 2 cl de Martini rouge
- Eau gazeuse

1 Placez quelques glaçons dans un verre, versez les alcools, allongez à l'eau gazeuse, remuez et décorez éventuellement avec 1 tranche d'orange.

VERSION VIRGIN : Remplacez le Martini par du sirop de grenadine et le Campari par du jus d'orange.

Russe blanc

- 2 cl de lait
- 2 cl de crème fraîche liquide
- 4 cl de vodka
- 4 cl de liqueur de café

1 Placez quelques glaçons dans un verre, versez la liqueur de café, puis la vodka et le lait. Terminez par la crème fraîche.

VERSION VIRGIN : Le russe blanc devient un café crème !

Piña colada

- 12 cl de jus d'ananas
- 4 cl de crème de coco
- 4 cl de rhum blanc
- 2 cl de rhum ambré

1 Placez 5 ou 6 glaçons dans un shaker, versez le jus d'ananas, puis la crème de coco et enfin les rhums. Frappez et versez dans un verre.

VERSION VIRGIN : Remplacez simplement les rhums par du jus d'orange.

Old Nick

Créateur de cocktails

PIÑA COLADA
RHUM BLANC OLD NICK
JUS D'ANANAS
LAIT DE COCO

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Bardinet S.A.S. au capital de 5000000 euros – RCS Bordeaux 301711461–LWVR 2020 – Crédit photos : J. Péré (Studio Furax).

Spritz

6 cl de prosecco
4 cl d'Aperol
2 cl d'eau gazeuse
1 rondelle d'orange

1 Placez 3 ou 4 glaçons dans 1 verre et une demi-rondelle d'orange, versez ensuite l'Aperol, puis le prosecco. Ajoutez l'eau gazeuse.

2 Plongez une cuillère à cocktail au fond du verre et mélangez délicatement. Vous pouvez ajouter quelques feuilles de menthe et quelques rondelles de pomme.

Rossini

- **2 cl** de purée de fraise
- **1 cl** de jus de citron
- **6 cl** de prosecco
- **1 c. à café** de sucre

1 Mélangez la purée de fraise, le jus de citron et le sucre. Versez dans une coupe. Ajoutez le prosecco.

French 75

- **2 cl** de jus de citron
  Zeste d'orange
- **6 cl** de champagne
- **3 cl** de gin
- **1 cl** de sirop de sucre de canne

1 Placez quelques glaçons dans un shaker, versez le sirop de sucre et le jus de citron, ajoutez le gin et frappez. Versez dans un verre en filtrant les glaçons. Complétez avec du champagne, mélangez délicatement à la cuillère. Décorez éventuellement de zeste d'orange.

Bellini

- **10 cl** de prosecco
- **5 cl** de purée de pêche

1 Remplissez un verre de glaçons et placez-le au réfrigérateur 20 minutes. Jetez les glaçons, versez doucement le prosecco, puis la purée de pêche. Mélangez très délicatement à l'aide d'une cuillère.

Soupe champenoise

- **10 cl** de jus de citron vert
- **75 cl** de vin pétillant (mousseux ou champagne)
- **10 cl** de Cointreau
- **5 cl** de sucre de canne liquide

1 Mélangez le jus de citron, le Cointreau et le sucre de canne dans un saladier. Placez au frais 1 heure. Ajoutez le vin pétillant bien frais au moment de servir.

Mimosa

- **6 cl** de jus d'orange pressé et filtré
- **6 cl** de champagne

1 Rafraîchissez les coupes en les plaçant pleines de glace au réfrigérateur. Jetez les glaçons, versez le jus d'orange dans les verres, puis le champagne. Mélangez délicatement.

Cosmopolitan

- **1** citron vert bio
- **4 cl** de vodka
- **2 cl** de Cointreau
- **2 cl** de jus de cranberry (canneberge)
- **2** cerises confites (facultatif)

VERSION VIRGIN : Remplacez l'alcool par du jus de gingembre.

1 Pressez la moitié du citron vert et récupérez 1 cl de jus. Remplissez le shaker de glaçons, versez le jus de cranberry, le jus de citron et le citron restant coupé en rondelles.

2 Ajoutez la vodka et le Cointreau, puis secouez énergiquement. Servez à travers une passoire à cocktail pour retenir les glaçons. Décorez éventuellement avec les cerises confites.

Appletini

- **1** rondelle de citron vert
- **2 cl** de jus de pomme
- **5 cl** de liqueur de pomme
- **3 cl** de vodka

1 Remplissez un shaker de glaçons, versez le jus de pomme, puis la liqueur et la vodka. Frappez.

2 Versez dans un verre en filtrant les glaçons. Décorez éventuellement avec 1 rondelle de citron vert.

Gin daisy

- **1** citron bio
- **3 cl** de gin
- **1 cl** de sirop de grenadine
- **1 cl** de triple sec (Cointreau, Grand Marnier)

1 Pressez un demi-citron et récupérez le jus. Découpez 1 rondelle dans l'autre moitié et le reste en petits morceaux.

2 Versez le gin, le triple sec, les morceaux et le jus de citron dans un verre. Ajoutez des glaçons et le sirop de grenadine. Décorez avec la rondelle de citron.

Aviation

- **2 cl** de jus de citron jaune
- **6 cl** de gin
- **1,5 cl** de maraschino (liqueur de cerise)
- **2 c. à café** de liqueur de violette

1 Remplissez le shaker de glaçons. Versez le jus de citron jaune dans un shaker, puis la liqueur de maraschino, celle de violette et enfin le gin. Frappez. Versez dans un verre en filtrant les glaçons.

CARAÏBOS®

Jus, nectars et cocktails de fruits

À RETROUVER SUR
CARAÏBOS.COM

TOUT COMMENCE PAR UN COCKTAIL !

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR.
WWW.MANGERBOUGER.FR

Bardinet S.A.S. au capital de 5001000 euros – RCS Bordeaux 301711461 – LMWR 2020 – Crédit photos : J. Péré (Studio Furax), Shutterstock.

Champagne mode d'emploi

Quand il s'agit de champagne, on finit bien souvent par choisir une marque que tous les invités connaissent. Car il faut bien l'avouer, on se perd devant le choix proposé. Quant au service, on espère faire ce qu'il faut… Bref, l'idéal serait d'avoir une fiche récapitulative qui nous permette d'y voir plus clair quand il s'agit d'acheter et de servir du champagne. Ça tombe bien, c'est exactement ce que vous vous apprêtez à lire.

Par Claire Debruille

La minute : ÉTIQUETTE

Ce que vous avez toujours voulu savoir sur l'étiquette sans jamais le demander…

TROIS MENTIONS OBLIGATOIRES :

- l'appellation Champagne, qui n'est utilisée que pour les vins produits dans la zone AOC ;
- la marque ;
- le code, qui vous permet d'identifier d'où vient le vin :
  RC pour récoltants-coopérateurs : ils récoltent et livrent leur raisin à la coopérative ;
  CM pour coopératives de manipulation : elles produisent le champagne pour les coopérateurs et le mettent en bouteille sous leur nom ;
  RM pour récoltants-manipulants : ils récoltent les raisins et les vinifient ;
  NM pour négociants-manipulants ;
  MA pour marque d'acheteur.

EN CHAMPAGNE, IL EXISTE 3 CÉPAGES

- **Chardonnay :** raisin blanc à peau blanche.
- **Pinot noir et pinot meunier :** raisin blanc à peau noire.

S'il est écrit « blanc de blancs » sur la bouteille, il s'agit d'un champagne 100 % chardonnay : parfait pour l'apéritif, frais et vif. S'il est écrit « blanc de noirs », il s'agit d'un champagne 100 % pinot : arômes complexes, idéal pour accompagner un repas. Si rien n'est écrit, il s'agit d'un mélange des trois cépages ou d'un mélange du chardonnay avec l'un des deux pinots.

MILLÉSIMÉ OU NON MILLÉSIMÉ ?

Le champagne est un produit d'assemblage, c'est-à-dire que l'on réunit des pressages de diverses années pour établir un vin. Si l'on met en bouteille des vins d'une seule année, elle portera un millésime. L'assemblage a pour but de permettre au consommateur de retrouver d'une année sur l'autre le champagne qu'il apprécie inchangé. Le millésime a, quant à lui, pour objectif de mettre en exergue une année qui a donné un vin d'une exceptionnelle qualité.

90 % DES CHAMPAGNES SONT DES VINS BRUTS

Brut signifie que le vin contient un dosage en sucre compris entre 6 et 15 g au litre. On dit d'un champagne qu'il est extra brut lorsqu'il contient moins de 6 g de sucre par litre. Ces champagnes extra bruts sont conseillés pour l'apéritif, tout comme les bruts. Pour le dessert, il est préférable de servir un champagne plus dosé en sucre, comme un sec ou demi-sec.

IL EXISTE DEUX FAÇONS D'OBTENIR DU CHAMPAGNE ROSÉ

- En laissant macérer les peaux des raisins noirs dans le jus.
- En ajoutant du vin rouge des coteaux champenois (l'appellation Champagne est d'ailleurs la seule à pouvoir procéder de cette façon).

COMMENT SERVIR LE CHAMPAGNE

- L'idéal est d'éviter l'écueil du réfrigérateur, dans lequel on laisse la bouteille pendant plusieurs jours : le froid anesthésie en effet le goût. Préférez plutôt mettre la bouteille à rafraîchir dans un seau d'eau bien froide avec quelques glaçons (pas de la banquise), jusqu'à ce qu'il soit frais. La température idéale ? Entre 8 et 10 °C. Le vin se réchauffera ensuite dans le verre, que l'on tient par le pied et non par le côté renflé, sous peine de réchauffer bien trop vite le verre et le vin. Telle est la manière de faire idéale lorsque vous servez de belles cuvées.
- Le saviez-vous ? Le fin du fin, lorsque l'on ouvre une bouteille de champagne, est de ne pas faire trop de bruit. Contrairement à ce que l'on pense souvent, il ne faut pas faire « sauter » le bouchon mais, au contraire, le retenir pour qu'il s'échappe le plus silencieusement possible.
- Prévoyez des verres évasés plutôt que des coupes très hautes et étroites – qui ne permettent pas de développer au mieux les qualités olfactives des vins de Champagne –, ou basses et très évasées – très jolies, mais pas adaptées. Au moment de servir, inclinez la bouteille et le verre pour que ne se forme pas une trop grande quantité de mousse.
- Évitez les olives et les anchois dans les petits fours, dont les saveurs, amères ou salées, risquent de « tuer » un peu le champagne. Mais vous pouvez user et abuser des fruits secs. Amandes et noisettes torréfiées se marient en effet très bien avec les vins de Champagne.

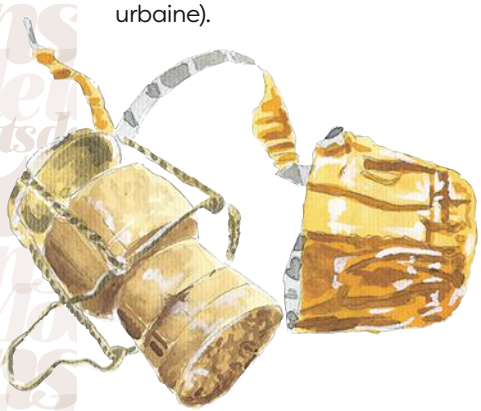
Quelques anecdotes pour meubler la conversation

Comment relancer la conversation entre la dinde et la bûche ? Anecdotes distillées

par Christophe Duhamel

ENTRE LA POIRE ET LE FROMAGE, PENDANT LE RÉVEILLON !

UNE BOUTEILLE DE CHAMPAGNE RENFERME UNE PRESSION TRÈS IMPORTANTE, qui correspond de 2 à 3 fois celle de la pression d'un pneu de voiture. C'est pourquoi le verre des bouteilles est si épais et le bouchon d'une forme spécifique. C'est aussi pour cela qu'il y a énormément de blessures avec des bouchons de champagne, alors soyez prudents !!!
Par contre, une fois la bouteille ouverte, sachez que mettre une petite cuillère dedans (qu'elle soit en argent ou non) n'empêche absolument pas les gaz de s'échapper (c'est une légende urbaine).



LE MIEL EST LE SEUL ALIMENT QUI NE PÉRIME PAS

• • •

C'est aussi un excellent baume antibactérien à utiliser sur les plaies pour les faire cicatriser, méthode utilisée dans certains hôpitaux.

METTRE DU SUCRE DANS UN CAFÉ OU UN THÉ CHAUD LE REFROIDIT. Pourquoi ? Parce que le sucre a besoin d'énergie thermique pour se dissoudre (c'est pour ça que le sucre se dissout moins bien dans un liquide froid). Et donc comme une (petite) partie de la chaleur est utilisée par le sucre pour se dissoudre (réaction dite endothermique), votre boisson se refroidit un peu.

EN FRANCE, ON ÉLIMINE POUR LA VENTE AU GRAND PUBLIC LES ŒUFS DONT LA COQUILLE EST TROP CLAIRE. Aux États-Unis, c'est exactement l'inverse : les œufs sont blancs et une coquille rose comme en France serait considérée comme suspecte ! Pourquoi ? Parce que les races de poules ne sont pas les mêmes, tout simplement.

POUR NOËL
Je m'abonne à marmiton

• EN CADEAU •

LE TABLIER MARMITON 100% COTON

9 N° + VOTRE CADEAU

29,90 €

SEULEMENT

au lieu de ~~37,20 €~~

Abonnez-vous vite !

Retournez ce bon d'abonnement accompagné de votre règlement à :
Marmiton Service abonnement, 56, rue du Rocher 75008 Paris

☑ **OUI,** je souhaite m'abonner ou abonner la personne de mon choix et recevoir les 9 prochains numéros de marmiton pour **seulement 29,90 €*** au lieu de ~~37,20 €~~ **+ le tablier marmiton en cadeau**

MES COORDONNÉES

Nom :
Prénom :
Adresse :
CP : Ville :
Tél :
E-mail :

LES COORDONNÉES DE LA PERSONNE QUE J'ABONNE MARMHS20

Nom :
Prénom :
Adresse :
CP : Ville :
Tél :
E-mail :

J'accepte de recevoir les offres et informations de la part de Marmiton ❑ **OUI** ❑ **NON**
J'accepte de recevoir des offres et informations de la part des partenaires de Marmiton ❑ **OUI** ❑ **NON**

MON RÈGLEMENT

Quantité : x **29,90 €** = (total de ma commande)

Je règle par chèque à l'ordre de : **MARMITON**

N°

Expire fin N° de contrôle (les 3 chiffres au dos de votre carte)

Date et signature obligatoires

*** mon abonnement débutera avec le prochain numéro. Vous pouvez abonner d'autres personnes en nous indiquant leurs coordonnées sur papier libre.** Offre exclusivement réservée aux nouveaux abonnés en France métropolitaine valable jusqu'au 28/02/2021. Photo non contractuelle (suggestion de présentation). Vous recevrez votre cadeau après enregistrement de votre règlement, sous 4 à 6 semaines maximum, par pli séparé, dans la limite des stocks disponibles. En retournant ce formulaire, vous acceptez que Marmiton, responsable de traitement, utilise vos données personnelles pour les besoins de votre commande, de la relation Client et d'actions marketing sur ses produits et services. Les données collectées via ce formulaire sont indispensables à ces traitements et sont destinées aux services concernés de MARMITON, de ses sous-traitants, et, si vous avez consenti, elles pourront être communiquées aux partenaires commerciaux. Nous vous rappelons que vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement, de portabilité, de limitation, de retrait de votre consentement à tout moment, ainsi que du droit de définir des directives relatives au sort de vos données personnelles en cas de décès. Vous disposez également du droit de vous opposer sans motif au traitement de vos données à des fins de prospection, y compris publicité ciblée et profilage. Pour exercer vos droits précités, il vous suffit d'écrire à notre Délégué à la Protection des Données par email : dpo@marmiton.org ou par courrier : MARMITON DPO – 8, rue Saint Fiacre – 75002 Paris. En cas de difficultés, vous pouvez vous rendre directement sur le site de la CNIL : https://www.cnil.fr/fr/plaintes

CRÉATION TMBRS

À L'ORIGINE, LE SUSHI ÉTAIT JUSTE UN MODE DE CONSERVATION DU POISSON CRU AU JAPON. Le riz fermenté absorbait l'humidité et aidait à la préservation du poisson, mais ce riz était jeté après usage ! Ça n'est que longtemps après cette invention que certains commencèrent à le manger avec le poisson. On commença alors à assaisonner le riz pour améliorer le goût des petites bouchées aujourd'hui bien connues de tous.

D'OÙ VIENNENT LES BOUTS RONDS DES COUTEAUX ?

•••

À l'origine, les couteaux avaient une extrémité pointue. C'est le cardinal de Richelieu, au XVII^e siècle, qui eut l'idée de demander à un coutelier d'en arrondir les extrémités, car il trouvait peu élégante l'habitude des gentilshommes de la Cour de se curer les dents à table avec leur couteau.

LES SAUCISSONS sont en général recouverts d'une poudre blanche. Ce n'est ni du sel, ni du talc, mais un champignon qu'on appelle le pénicillium. Ce nom vous dit quelque chose ? C'est normal : on l'utilise pour fabriquer des antibiotiques (il a donné la pénicilline, premier antibiotique découvert par Alexander Fleming en 1928). Ainsi, cette « poudre » protège la viande pendant qu'elle sèche. C'est d'ailleurs le même champignon qu'on retrouve dans certains fromages, comme le roquefort.

LES TROUS DANS CERTAINS FROMAGES sont liés à de minuscules particules de foin ou d'herbe qui tombent dans le lait au moment de la traite et dégagent des gaz pendant la fermentation… qui créent les bulles ! Les méthodes modernes de travail font qu'il y a de moins en moins de ces particules dans le lait… et donc de moins en moins de trous dans le fromage !

42

43

44

45

46

47

COMPLÉTEZ VOTRE COLLECTION

Retrouvez les anciens numéros sur
abomagazine.marmiton.org
Disponibles en versions papier & numérique

48

49

6€
L'EXEMPLAIRE
Frais de port inclus*

50

51

52

53

54

55

56

Bon de commande

À retourner, accompagné de votre règlement à : **Marmiton Anciens numéros, 56 rue du Rocher, 75008 Paris**

☑ **OUI,** je commande les anciens numéros de marmiton pour **seulement 6€** par exemplaire **(Frais de port inclus*).** Je choisis le/les numéros suivants :

J'indique la quantité souhaitée dans la case

☐ N°42	☐ N°43	☐ N°44	☐ N°45
☐ N°46	☐ N°47	☐ N°48	☐ N°49
☐ N°50	☐ N°51	☐ N°52	☐ N°53
☐ N°54	☐ N°55	☐ N°56	

Nombre d'exemplaires : ____ x 6 € = ____
(total de ma commande)

Offre valable jusqu'au 30/06/2021 uniquement en France métropolitaine (Pour l'étranger nous contacter au + 33 1 44 70 00 07). En retournant ce formulaire, vous acceptez que Marmiton, responsable de traitement, utilise vos données personnelles pour les besoins de votre commande, de la relation Client et d'actions marketing sur ses produits et services. Les données collectées via ce formulaire sont indispensables à ces traitements et sont destinées aux services concernés de MARMITON, de ses sous-traitants, et, si vous avez consenti, elles pourront être communiquées aux partenaires commerciaux. Nous vous rappelons que vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement, de portabilité, de limitation, de retrait de votre consentement à tout moment, ainsi que du droit de définir des directives relatives au sort de vos données personnelles en cas de décès. Vous disposez également du droit de vous opposer sans motif au traitement de vos données à des fins de prospection, y compris publicité ciblée et profilage. Pour exercer vos droits précités, il vous suffit d'écrire à notre Délégué à la Protection des Données par email : dpo@marmiton.org ou par courrier : MARMITON DPO – 8, rue Saint Fiacre – 75002 Paris. En cas de difficultés, vous pouvez vous rendre directement sur le site de la CNIL : https://www.cnil.fr/fr/plaintes

MES COORDONNÉES

VPC56

Nom : ____
Prénom : ____
Adresse : ____
____
CP : ____ Ville : ____
Tél : ____
E-mail : ____

J'accepte de recevoir les offres et informations de la part de Marmiton ☐ OUI ☐ NON
J'accepte de recevoir des offres et informations de la part des partenaires de Marmiton ☐ OUI ☐ NON

MON RÈGLEMENT

☐ Je règle par chèque à l'ordre de : MARMITON

☐ CB N° ____

Expire fin ____

N° de contrôle ____
(merci de noter les 3 derniers chiffres du numéro qui figure au dos de votre carte bancaire)

Date et signature obligatoires

Mots & bons mots de la cuisine

On fouette, on fonce, on trousse, on châtre, on pince, on flambe, on équeute, on couche, on chiquetaille, on turbine… Le vocabulaire culinaire est d'une incroyable richesse. Sans parler des innombrables expressions, métaphores et autres adages qui font référence aux repas, aux aliments ou à l'art de les transformer. Petit recueil…

DES EXPRESSIONS GRATINÉES

- « C'est du flan ! » : **mensonge, fumisterie.**
- « Pédaler dans la choucroute » ou « dans la semoule » : **patauger…**
- « Avoir une écrevisse dans le vol-au-vent » : **ne pas être tout seul dans sa tête ;** on dit aussi « avoir un pois dans la tête ».
- « Tronche de cake » ou « patate » : **crétin.**
- « C'est de la daube » : **quand c'est un plat, c'est délicieux, quand c'est un spectacle, c'est raté !**

Et aussi : un « bouillon de onze heures » est un poison, une ancienne expression faisant sans doute référence aux soupes empoisonnées des sorcières ; un « champ de navets » est un cimetière, « tirer son jus » signifie effectuer sa peine de prison.

LES MIGNONS

- **En accolade :** c'est une façon de dresser une assiette en y collant les aliments.
- **Mitonner :** concocter un bon petit plat, faire cuire en douceur.
- **Abricoter :** lustrer un dessert avec une fine couche de gelée d'abricot (ou autre).
- **Chiquetailler :** s'emploie traditionnellement aux Antilles pour désigner le fait d'émietter la morue.
- **Croquignoles :** désigne des petits gâteaux secs (et des beignets), spécialités régionales (originellement de Pithiviers).
- **Petits pieds :** ce sont les petits oiseaux que l'on cuisine (ou que l'on cuisinait jadis, comme les rouges-gorges)
- **Sot-l'y-laisse :** le meilleur morceau de la volaille, situé de chaque côté de la carcasse, à côté du croupion. Une chair si fine que seul le sot peut l'y laisser !

Le loucherbem, C'EST QUOI ?

« Loucherbem » ou « louchebem » ou « largonji » sont des termes de l'argot des bouchers parisiens qui a pris forme au début du XIXe siècle. « L'argomuche du loucherbem » était notamment très utilisé aux anciennes Halles de la capitale. C'est un langage crypté : on met un « L » à la place de la première consonne ou lettre, que l'on place à la fin, et on termine par un suffixe libre, -em ou -uche. Mais pourquoi ? Pour que les clients, surtout le « lonkesse » ou « lonqué » (« con »), mais aussi le « louf » (« fou »), ne comprennent rien.

DES BOTULARIOS, QUÈSACO ?

• • •

Une maladie ? Non ! C'est le nom des **fabricants et vendeurs de boudins** *dans la Grèce antique.*

LES FRIPONS

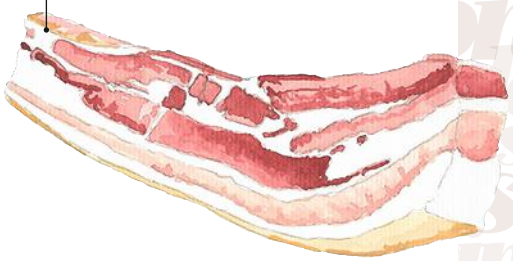
- **Trousser :** on parle bien sûr d'une volaille que l'on prépare pour la cuisson en la ficelant de différentes manières.
- **Baisure :** il s'agit d'un terme de boulangerie désignant la zone d'un pain moins cuite car au contact du pain voisin pendant la cuisson.
- **Effeuiller :** c'est l'action de débarrasser un fruit d'une partie de son feuillage pour qu'il soit exposé aux rayons du soleil. Le terme « effeuilleuse » qui désigne les strip-teaseuses vient de là…
- **Liaison :** il s'agit bien sûr d'une technique culinaire pour lier les sauces.
- **Amourettes :** ce sont des abats (moelle épinière) de divers animaux.
- **Sangler** : aujourd'hui, c'est faire prendre une glace en sorbetière.

LES EXPRESSIFS

- **Aboyer :** ce sont les ordres donnés en cuisine professionnelle.
- **Châtrer :** bon, ça, tout le monde connaît en principe, cela consiste à retirer le petit boyau noir des crevettes ou écrevisses.
- **Chiqueter :** faire de petites entailles sur les bords d'une pâte pour avoir un beau finish.
- **Contiser :** ce n'est pas une torture mais une technique culinaire consistant à inciser un poisson ou une viande pour y insérer des aromates.
- **Coucher :** on dresse de la pâte à choux à l'aide d'une poche à douille…
- **Crever :** cela consiste juste à faire gonfler des céréales dans de l'eau pour faire crever la coque.
- **Dépiauter (ou épiauter) :** retirer la peau. Aujourd'hui, c'est retirer la peau et toutes les chairs.
- **Fatiguer :** on tourne la salade pour qu'elle s'imbibe de vinaigrette et s'assouplisse.
- **Singer :** saupoudrer de farine avant ou en cours de cuisson.
- **Une BOF :** désigne la garniture beurre, œuf, fromage.

UN PEU D'ARGOT

- **Larton :** un pain.
- **Tortorer ou briffer :** manger.
- **Criole ou bidoche :** de la viande.
- **Débagouler :** c'est quand ça ne passe pas et que ça remonte. Enfin, vous voyez quoi…
- **Frotter le lard :** il s'agit de se coller très intimement (XVI[e] siècle, Rabelais).



Un coquin *désignait jadis un homme désargenté qui allait grappiller les restes dans les cuisines ou les rachetait à bas prix pour les revendre plus cher. On disait qu'il commettait alors une coquinerie. Le terme « gueux » exprime, au XVII[e] siècle, la même idée. Il dérive de « queux » qui désignait les chefs d'antan.*

Qui a dit ?

1 Un auteur et acteur comique
« Un gourmet, c'est un glouton qui se domine. »

2 THE gastronome du XVIIIe siècle
« Le plaisir de la table est de tous les âges, de toutes les conditions, de tous les pays et de tous les jours ; il peut s'associer à tous les autres plaisirs, et reste le dernier pour nous consoler de leur perte. »

3 Une écrivaine célèbre
« Si j'avais un fils à marier, je lui dirais : "Méfie-toi de la jeune fille qui n'aime ni le vin, ni la truffe, ni le fromage, ni la musique." »

4 Un célèbre humoriste
« Le plat du jour, c'est bien, à condition de savoir à quel jour remonte sa préparation. »

5 Un grand écrivain irlandais
« Après un bon dîner, on n'en veut plus à personne, même pas à sa propre famille. »

6 THE comique français
« Dieu a dit : "Je partage en deux, les riches auront de la nourriture, les pauvres de l'appétit." »

7 Un président bon vivant
« J'apprécie plus le pain, le pâté, le saucisson que les limitations de vitesse. »

8 Dialogue royal
« – Ne vous chargez pas trop l'estomac pour cette nuit. »
– Pourquoi donc ? Je dors toujours mieux quand j'ai bien soupé. »

9 Un inventeur américain
« À cuisine grasse, volonté maigre. »

10 Le « prince des gastronomes »
« Le secret d'une bonne santé : la pratique raisonnée de tous les excès et l'abstention nonchalante de tous les sports. »

11 Le fondateur de la nouvelle cuisine, chef multi-étoilé
« De la même manière que l'on apprend à lire ou à écrire, il faudrait que l'on apprenne à manger. »

12 Un cuisinier du XIXe siècle
« L'art de la cuisine est peut-être une des formes les plus utiles de la diplomatie. »

13 Un philosophe anglais du XVIIe siècle
« Mangeons et buvons, jouissons de tout ce qui nous fait plaisir, car demain nous mourrons. »

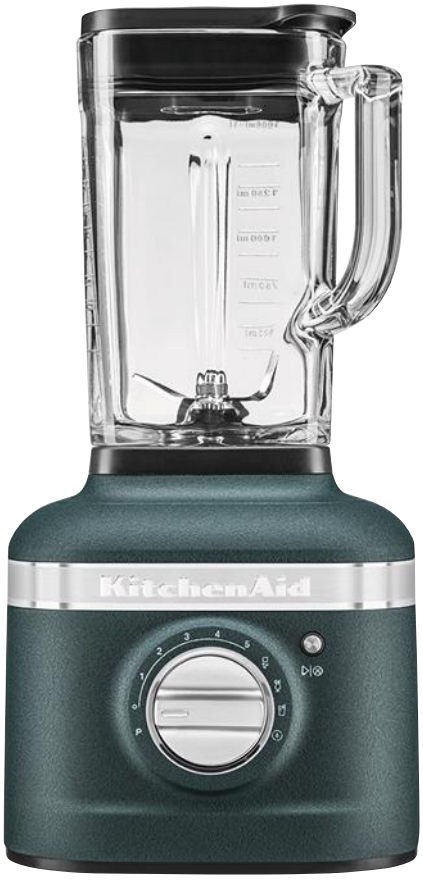
14 Un écrivain français
« La cuisine française est la meilleure du monde. Cette gloire éclatera par-dessus toutes les autres lorsque l'humanité, plus sage, mettra le service de la broche au-dessus du service de l'épée. »

RÉPONSES

1 Francis Blanche. **2** Jean-Anthelme Brillat-Savarin. **3** Colette. **4** Pierre Dac. **5** Oscar Wilde. **6** Coluche. **7** Jacques Chirac. **8** Louis XV et son fils, le futur Louis XVI, qui se goinfre à table le soir de ses noces avec Marie-Antoinette. **9** Benjamin Franklin. **10** Maurice Edmond Sailland, dit Curnonsky. **11** Michel Guérard. **12** Auguste Escoffier. **13** John Locke. **14** Anatole France.

RIESLING D'ALSACE, ÉLÉGANT ET TERRIBLEMENT UNIQUE

Le riesling est le vin d'Alsace le plus minéral, le plus gastronomique. Probablement le meilleur révélateur de l'incroyable diversité des terroirs alsaciens. Par son équilibre, sa fraîcheur et sa finesse, ce grand vin blanc sec se marie naturellement avec les produits de la mer et les viandes blanches. Un compagnon idéal pour votre prochaine soirée sushis !
Vinsalsace.com/fr/gouts-et-couleurs/cepages/frais-et-secs/riesling-dalsace



BLENDER K400 ARTISAN KITCHENAID

Grâce au nouveau blender Artisan K400 et son bol en verre, mixez vos préparations à la texture et au goût parfaits ! Sa lame au design breveté est capable de pulvériser rapidement et facilement des fruits ou légumes, même les plus résistants, pour obtenir des résultats onctueux et savoureux. Ce blender facilitera également votre quotidien grâce à ses trois accessoires optionnels qui s'adaptent sur le socle : gourde nomade, presse-agrumes, pot pour petites quantités.
Disponible dans 10 coloris. Prix : 329 €. Kitchenaid.fr

SKIPPY, L'AUTHENTIQUE BEURRE DE CACAHUÈTES A L'AMÉRICAINE

Avec une texture crémeuse et un goût incomparable, le beurre de cacahuètes creamy Skippy est le plaisir gourmand à tout moment. Tartinez-le simplement sur du pain ou ajoutez une cuillerée à tous vos en-cas, desserts, et même plats salés pour leur apporter plus de saveurs ! Découvrez aussi le beurre de cacahuètes Extra Crunchy Skippy, avec ses véritables morceaux de cacahuètes croquants…
Vendu en GMS. Prix de vente conseillé : 4,22 €.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Table des recettes

Viandes

Lard séché paysan 24
Ventrèche (ou pancetta) 26
Rillettes de porc 29
Mousse de foie de volaille 29
Terrine de foie gras et chutney de pomme 36
Pomme et figues poêlées, chantilly de foie gras 38
Sandwich de chutney et mousse de foie gras 38
Pain surprise 41
Torsades feuilletées au jambon 41
Cannelés au chorizo et fromage de chèvre 42
Gougères à la saucisse de Morteau et crème de ciboulette 42
Duo de canapés terre mer 44
Billes de foie gras, sauce au chocolat 45
Sucettes explosives de boudin noir 46
Madeleines salées au jambon et au thym 46
Brochettes de magret fumé à l'ananas et à la betterave 47
Petits croissants au foie gras 48
Terrine de foie gras 48
Verrine de foie gras, pomme et pain d'épices 50
Boudin blanc au foie gras 52

Fruits de mer

Huîtres chaudes façon Françoise 58
Tartelettes de la mer 58
Pannacotta salée aux crevettes et dés de mangue 60
Verrine de crabe à l'estragon 61
Toasts au beurre de crevettes 62
Trio de gambas panées 63
Sucettes de saint-jacques au caramel de coco 63
Saint-jacques, sauce aux champignons 64
Brochette de saint-jacques au lard 65
Huîtres en beignets et crème iodée au chou-fleur 66
Bouchons croustillants au crabe 66
Aumônière de langoustine 68
Blinis aux crevettes, citron et gingembre 68
Bloody Mary d'huîtres 70
Bonbons de crevettes 72

Poissons

Saumon gravlax 74
Spaghettinis au saumon 76
Gougères farcies 76
Nids de pennes rigate aux rollmops et poutargue 78
Rouleaux au saumon fumé 79

Gougères au céleri et œufs de lump 80
Tarama maison et flûtes feuilletées 83
Bûche au saumon fumé 83
Mousse d'avocat à la truite fumée 84
Tartelettes aux œufs de poisson et fromage 85
Dip de truite fumée et crème fromagère 86
Œufs brouillés aux œufs de lump 88
Endive croquante à la mousse de ricotta, à l'aneth et au saumon fumé 90

Végétarien

Espuma de citrouille à la truffe 96
Palmiers au poivre et au sel 97
Cuillères apéritives de potiron au curry et châtaignes 98
Toasts briochés au beurre d'algues et radis noir 100
Feuilletés au kaki et au chèvre 101
Couronne de patate douce au bleu 103
Cappuccino de châtaignes 103
Bouchées de betterave sucrées-salées 104
Ramequins de patate douce et artichaut 105
Sapins feuilletés à la tapenade 106
Pannacotta aux herbes 106
Verrine citrouille et pain d'épices 108
Velouté de topinambour et panais 109

Cocktails

Margarita 111
Mojito 112
Americano 112
Russe blanc 112
Piña colada 112
Spritz 114
Rossini 115
Bellini 115
French 75 115
Soupe champenoise 115
Mimosa 115
Cosmopolitain 116
Appletini 116
Gin daisy 116
Aviation 116

CARNET D'ADRESSES

Bien manger : bienmanger.com
Bloomingville : bloomingville.com
Camif : camif.fr
Comtesse du Barry : comtessedubarry.com
Conforama : conforama.fr
Gers Équipement : gers-equipement.fr
Jardin d'Ulysse : jardindulysse.com
Le Domaine du goût : domainedugout.com
Philibar : philibar.portfoliobox.net/boutique
Saveur bière : saveur-biere.com
Terre exotique : terreexotique.fr

COMITÉ ÉDITORIAL MARMITON
Claire Debruille, L ison Guillard, Audrey Ferrante, Alice Duras, Manon Wild

ONT COLLABORÉ À CE NUMÉRO
Juliette Romance, Gwenaëlle Conraux, Lise Laffite, Emmanuelle Bézières, Céline Roussel, Didier Lalbenque, Mélissa Cruz

RÉALISATION
COM'Presse
6 rue Tarnac, 47220 Astaffort
Tél. 05 53 48 17 60.

Direction artistique : Žiga Rajic

Chef de studio : Olivier Lemesle

Secrétaire général de la rédaction : Laurent Dibos

Secrétariat de rédaction : Nicolas Chrétien, Gaëlle Combacon, Marion Pires, Charlène Torres, Olivier Vignancour

Rédactrice en chef photo : Mathilde Loncle

Service photo : Delphine Duteil, Carole Hiro, Caroline Quinart

ÉDITION Audrey Ferrante

CHEFFE DE PROJET MAGAZINE ET EDITION : Lison Guillard

Distribution : MLP

Vente au numéro : DESTINATION MÉDIA 01 56 82 12 07 (numéro réservé aux diffuseurs et dépositaires de presse)

Service abonnement et anciens numéros :
Marmiton, 56 rue du Rocher, 75008 Paris
Tél. 01 44 70 00 07
abonnement-magazine@marmiton.org

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION
Olivier Abecassis

ISSN : 2114 — 110 X
CPPAP : 0222K91573
Dépôt légal : à parution
Tarif abonnement : 1 an = 22 euros

PUBLICITÉ (PRINT)
MediaObs – 44 rue Notre-Dame-des-Victoires
75002 Paris
Tél. 01 44 88 97 70 – Fax 01 44 88 97 79
mail : pnom@mediaobs.com

Pour joindre par téléphone votre correspondant, composez le 01 44 88 suivi des 4 chiffres entre parenthèses

Directrice générale : Corinne Rougé (93 70)

Directrice du pôle food : Alexandra Horsin (89 12)

Directeur de Publicité : Cécile Ghis (89 25)

Studio : Cédric Aubry (89 05)

Exécution : Brune Provost (89 13)

PUBLICITÉ (DIGITAL)
www.marmiton.org
Aufeminin, 8 rue Saint-Fiacre - 75002 Paris
Tél. 01 53 57 79 00 - mail :
teamco@marmiton.org

Directrice Générale Unify Advertising : Géraldine L'Hénaff,

Directrice commerciale : Céline Trancart

Directrice du pôle food : Marine Roux

Directrice de clientèle : Marion Petit

Marmiton Magazine
est édité par MARMITON SAS,
8 rue Saint-Fiacre, 75002 PARIS

Impression : Imprimerie Roto France Impression 77 185 LOGNES

Photogravure : Key Graphic

Marmiton Magazine est imprimé en France.
Origine du papier : Suède
Origine du papier de couverture : Allemange
Taux de fibres recyclées du papier intérieur : 0%
Taux de fibres recyclées du papier de couverture : 60 %
Certification : PEFC
Eutrophisation ou impact sur l'eau : Ptot 0,01 kg/tonne

Ce numéro est un hors-série du bimestriel Marmiton

CRÉDITS PHOTOS

Couverture : StockFood/Bauer Syndication-Mondadori Portfolio Giorgi Stefania, Schmitt/Rapado/Thys/Marielle/Bertram/Gelberger/Sucré Salé, sarsmis/Adobe Stock, Camera Press/Hemis.fr, Vitalina/GettyImages, Marina Hatzimichali. P10-11 : KatarynaBialasiewicz/GettyImages. P16 : vimart/Adobe Stock. P18 : VvoeVale/margouillatphotos/Digital Vision/popovaphoto/cynoclub/GettyImages, photocrew/yvdavid/Adobe Stock. P22 : illustration Ziga Rajic. P24-25 : Vladimir Semenov/Adobe Stock. P26 : Fotoofoud. P28-29 : StockFood/Gräfe & Unser Verlag/Liebenstein Jana, OksanaKiian/GettyImages. P34-35 : luliia_Leonova/GettyImages. P36-37 : Balme/Saveurs/Sunray Photo. P38-39 : Jérôme Rommé/Svetlana Kolpakova/Adobe Stock. P40-41 : StockFood/Bono/Sucré Salé. P42-43 : Barret/Lukam/Sucré Salé. P44-45 : Vitalina/GettyImages, Thys/Sucré Salé. P46-47 : Balme/Gousses de Vanille/Sucré Salé, Czerw/Saveurs/Sunray Photo. P48 : J-F Mallet/Hemis.fr, Jonneskindt/Sucré Salé. P50-52 : Manina Hatzimichali. P54-55 : NannaKirkegaard/Adobe Stock. P56-57 : Hassan Benslimann/HLPhoto/auryndrikson/Adobe Stock, slowmotiongli/GettyImages, Kerouédan/Sucré Salé. P58-59 : Fénot/Sucré Salé, StockFood/Bauer Syndication. P60-61 : Swalens/Sycré Salé, Carnet/Saveurs/Sunray Photo. P62-63 : Czerw/Saveurs/Sunray Photo, Schmitt/Jonneskindt/Sucré Salé. P64-65 : Emanuela Cino/Cuisine d'Ici/Sunray Photo, Veigas/Sucré Salé. P66-67 : Barret/Bertram/Sucré Salé. P68 : Jubault/Sucré Salé, Manina Hatzimichali. P70 : Sanoma/Sucré Salé. P72 : Fénot/Saveurs/Sunray Photo. P74-75 : Balme/Saveurs/Sunray Photo. P76-77 : StockFood/Mondadori Portfolio/Giorgi Stefania, Jarry/Saveurs/Sunray Photo. P78-79 : StockFood/Mondadori Portfolio/Giorgi Stefania, Czerw/Saveurs/Sunray Photo. P80-81 : Gelberger/Sucré Salé. P82-83 : Czerw/Saveurs/Sunray Photo, Viel/Sucré Salé. P84-85 : Viel/Saveurs/Sunray Photo, Rapado/Sucré Salé. P86 : Iryna Melnyk/Adobe Stock. P88 : Nurra/Sucré Salé. P90 : Studio/Sucré Salé. P92-93 : UfukSaracoglu/GettyImages. P94-95 : ValentinVolkov/cristianl/deyangeorgiev/sissy_12/Pi-Lens/SashaFoxWalters/Carther/GettyImages,fahrwasser/isaac74/Fabio Balbi/Adobe Stock. P96-97 : Schmitt/Marielle/Sucré Salé. P98-99 : Marielle/Sucré Salé. P100-101 : Carnet/Saveurs/Sunray Photo, Camera Press/Hemis.fr. P102-103 : De Cérou/Sucré Salé, emmi/Adobe Stock. P104-105 : sarsmis/Adobe Stock, Camera Press/Hemis.fr. P106-107 : Tombini/Thys/Sucré Salé. P108-109 : nicolebrannan/Mariha-kitchen/GettyImages. P110-111 : ImpactPhotography/Adobe Stock. P112 : Alexander Raths/karandaev/Brent Hofacker/exclusive-design/Adobe Stock. P114-115 : Yaruniv-studio/Grafvision/alex9500/mizina/Adobe Stock, Deslandes/Sucré Salé, Alena Hrbkova/Apetit/Sunray Photo. P116 : Hoda Bogdan/DR/Brent Hofacker/Adobe Stock, Hollyfotoflash/Westend61/Photononstop. P118-119 : Pixel-Shot/Adobe Stock. P120-126 : illustrations Ziga Rajic.

marmiton

À VOS FOURNEAUX !

Marmiton lance sa gamme d'ustensiles de cuisine

Crédit photo : IMAGE et associés. ©marmiton 2020

sowine © Charly Deslandes

CHAMPAGNEDEVIGNERONS.FR

CHAMPAGNE
DE VIGNERONS

ET VOUS, QUEL CHAMPAGNE ÊTES-VOUS ?

SOL
EMPREINTE
VIVE & MINÉRALE

FRUIT
EMPREINTE
FRUITÉE & GOURMANDE

CAVE
EMPREINTE
DE TEMPS & DE MATURITÉ

Chaque jour, les vignerons de Champagne ont à cœur d'élaborer des vins de caractère, à l'image des terroirs de cette Appellation aux multiples nuances. Ces empreintes vous invitent à la découverte des champagnes dans toute leur diversité, à travers trois dominantes aromatiques. Chacune vous guidera vers différents moments de gastronomie, vers différentes saveurs.

CAR COMPRENDRE LE CHAMPAGNE QUE L'ON DÉGUSTE EST LA CLÉ POUR ENCORE MIEUX L'APPRÉCIER !

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.